COME SIAMO

"Se vogliamo scoprire ciò che è vero, dobbiamo essere completamente liberi da tutte le religioni, da tutti i condizionamenti, da tutti i dogmi, da tutte le credenze e da qualunque autorità che spinga a uniformarci; il che significa, essenzialmente, essere completamente soli, e questo è molto difficile"

Prefazione

"Per la mente stare da sola significa essere incorrotta, innocente, libera da tutte le tradizioni, dogmi, opinioni, da ciò che dicono gli altri, e così via. Questa mente non cerca perché non c'è niente da cercare; essendo libera, questa mente è completamente immobile, senza un desiderio, senza movimento. Ma questo non è uno stato che si può raggiungere; non è qualcosa che si ottiene attraverso la disciplina; non viene in essere rinunciando al sesso o praticando un certo tipo di yoga. Viene in essere solo quando c'è la comprensione dei funzionamenti del sé, del 'me', che si rivela attraverso la mente conscia nelle attività quotidiane, e anche nell'inconscio. L'importante è comprendere da soli, non attraverso la guida di altri, il contenuto totale della coscienza, che è condizionata, che è il prodotto della società, della religione, di vari influssi, impressioni, ricordi: comprendere tutti questi condizionamenti ed esserne liberi. Ma non c'è un 'come' essere liberi. Se chiedete come essere liberi, non state ascoltando". Queste parole sono una sfida al movimento della coscienza umana, tradizionalmente condizionata ad accettare l'idea di progresso spirituale, di ottenimento mediante il tempo e di metodi per riuscirvi. Sfidano i profondi condizionamenti sul come della vita interiore e i suoi corollari: l'autorità spirituale, le credenze, il conformismo e l'idea stessa di ricerca. I discorsi qui

riportati mirano a comprendere come siamo, semplicemente come siamo in tutti i momenti della vita quotidiana, e non come dovremmo essere secondo valori culturali accettati, ideali religiosi e un futuro che noi stessi proiettiamo. Sono scoperte che ci chiedono di essere comprese, non di accettare come vere queste parole. Nell'ultimo discorso, un interrogante che è arrivato a un punto morto chiede: "E adesso?". Ecco la risposta per chi si mette in viaggio in questo territorio sconosciuto: "Hai sperimentato attraverso i miei insegnamenti o hai sperimentato attraverso te stesso? Spero che tu veda la differenza. Se sperimenti in base a quello che io dico, arrivi per forza al 'e adesso?', perché stai cercando di giungere a un risultato a cui pensi che io sia giunto. Pensi che io abbia qualcosa che tu non hai e che, sperimentando attraverso quello che dico, lo otterrai anche tu, cosa che fa la maggior parte di noi. Ci avviciniamo a queste cose con una mentalità commerciale: farò questo per ottenere quello. Adorerò, mediterò, farò sacrifici allo scopo di ottenere qualcosa. Quindi non stai mettendo in pratica i miei insegnamenti. Io non ho niente da dire. O meglio, tutto quello che dico è: osserva la tua mente, guarda a quali profondità può arrivare; perché sei tu ciò che importa, non gli insegnamenti. L'importante è che tu scopra da te i tuoi modelli di pensiero e che cosa implica questo pensiero, come ho tentato di indicare questa mattina. Se osservi realmente il tuo pensiero; se guardi, sperimenti, scopri, lasci andare e muori giorno per giorno a tutto ciò che hai raccolto, non porrai mai più la domanda: "E adesso?". Questi otto discorsi sono stati improvvisati, senza preparazione, all'ombra di un bosco di querce nell'estate del 1955 di fronte a un pubblico di centinaia di persone nella Ojai Valley, in California. Krishnamurti vi giunse per la prima volta nel 1922 e visse qui, quando si spostava per tenere discorsi, fino alla sua morte, nel 1986. Si spense a 91 anni al Pine Cottage, oggi accanto ai Krishnamurti Archives

di Ojai, ai piedi dei monti Topa Topa. Krishnamurti creò fondazioni in tutto il mondo per preservare e mettere a disposizione i suoi discorsi, gli scritti e i dialoghi.

Primo discorso a Oak Grove 6 agosto 1955

"Quando la mente è libera da tutti i condizionamenti, scoprite che si manifesta la creatività della realtà, di Dio o di quello che volete, e solo questa mente, una mente che sperimenta di continuo questa creatività, può creare una visione diversa, valori diversi e un mondo diverso".

In tutto il mondo siamo di fronte a molti gravi problemi; ma, nonostante la creazione di stati assistenziali e benché i politici possano costruire una superficiale coesistenza pacifica, assieme alla prosperità economica di un paese come questo con un boom della produzione industriale e la promessa di un futuro felice, non credo che i nostri problemi si possano risolvere tanto facilmente. Vogliamo risolvere questi problemi, ma aspettiamo che altri li risolvano: guide religiose, analisti, leader; oppure ci affidiamo alla tradizione, ci rivolgiamo a vari libri e filosofie. Suppongo che sia questo il motivo per cui siete qui: sentirvi dire che cosa fare. Oppure sperate che, ascoltando queste spiegazioni, riuscirete a comprendere i problemi a cui ognuno di noi è messo di fronte. Credo che commettiate un grave errore se vi aspettate che l'ascolto distratto di uno o due discorsi, senza farvi grande attenzione, vi guidi alla comprensione dei nostri numerosi problemi. Non è assolutamente mia intenzione spiegare verbalmente o intellettualmente i problemi a cui siamo di fronte; al contrario, ciò che cercheremo di fare durante questi discorsi è andare molto più in profondità nelle questioni fondamentali che rendono tutti questi problemi così complicati, così infinitamente dolorosi e tormentosi. Vi prego di avere la pazienza di ascoltare senza farvi trascinare dalle parole o contestare un paio di frasi o di

idee. Occorre avere un'enorme pazienza per scoprire ciò che è vero. Molti di noi sono impazienti di progredire, di arrivare a un risultato, di raggiungere uno scopo, un obiettivo, un certo stato di felicità, o di sperimentare qualcosa a cui la mente può afferrarsi. Io credo invece che occorra pazienza e perseveranza per cercare senza uno scopo. Molti di noi stanno cercando: per questo siamo qui; ma nella nostra ricerca vogliamo trovare qualcosa, un risultato, uno scopo, uno stato dell'essere in cui poter essere felici, in pace. E così la nostra ricerca è determinata in anticipo, non è vero? Quando cerchiamo, siamo alla ricerca di qualcosa che vogliamo; così la nostra ricerca è già fissata, predeterminata, e quindi non è più una ricerca. Credo sia molto importante capirlo. Se la mente cerca uno stato particolare, una soluzione a un problema; se cerca Dio, la verità o desidera una certa esperienza, mistica o di qualunque altro tipo, ha già concepito quello che vuole. E poiché ha già concepito, formulato, quello che sta cercando, la sua ricerca è completamente futile. Una delle cose più difficili è liberare la mente dal desiderio di ottenere un risultato. A mio parere, i nostri tanti problemi non si possono risolvere se non attraverso una rivoluzione totale della mente, perché solo questa rivoluzione può produrre la comprensione di ciò che è vero. È quindi importante capire il funzionamento della propria mente, non mediante l'autoanalisi o l'introspezione, ma essendo consapevoli del suo processo globale. Ecco di cosa vorrei discutere in questi discorsi. Se non ci vediamo così come siamo, se non comprendiamo il pensatore, l'entità che cerca, che continuamente chiede, esige, interroga e cerca di scoprire; l'entità che sta creando il problema, l''io', il sé, l'ego; allora il nostro pensiero, la nostra ricerca, non avrà senso. Finché lo strumento del pensiero non è chiaro è corrotto, condizionato, e qualunque cosa pensiamo è destinata a essere limitata, ristretta. Il nostro problema è quindi come liberare la mente da tutti i condizionamenti, non come

condizionarla meglio. Capite? La maggior parte di noi è alla ricerca di condizionamenti migliori. I comunisti, i cattolici, i protestanti e i seguaci delle varie religioni in tutto il mondo, compresi gli induisti e i buddhisti, cercano tutti di condizionare la mente in base a un modello più nobile, più virtuoso, non egoistico o religioso. In ogni parte del mondo, tutti cercano di condizionare la mente in modo migliore, ma nessuno si pone il problema di liberare la mente da tutti i condizionamenti. Io ritengo che, finché la mente non sarà libera da ogni condizionamento, cioè finché sarà condizionata in quanto cristiana, buddhista, induista, comunista o qualunque altra cosa, vi saranno sempre problemi. È possibile scoprire che cos'è reale, o se esista qualcosa come un Dio, solo quando la mente è libera da tutti i condizionamenti. Una mente condizionata occupata con Dio, con la verità o l'amore, non ha davvero nessun senso, perché questa mente può funzionare soltanto entro i limiti del proprio condizionamento. Il comunista, che non crede in Dio, pensa in un certo modo; chi crede in Dio, chi è occupato con un dogma, pensa in un altro. Ma la mente di entrambi è condizionata, quindi nessuno dei due può pensare liberamente; e tutte le loro affermazioni, teorie e credenze hanno davvero scarso valore. Religione non significa andare in chiesa, credere in determinate idee o dogmi. La religione può essere qualcosa di completamente diverso, può essere la totale liberazione della mente da questa lunga tradizione di secoli, perché solo una mente libera può scoprire la verità, la realtà, che è al di là delle proiezioni mentali. Questa non è solo una mia teoria, come possiamo vedere in quello che accade nel mondo. I comunisti vogliono risolvere i problemi della vita in un modo, gli induisti in un altro e i cristiani in un altro ancora, perché le loro menti sono condizionate. La vostra mente è condizionata in quanto cristiana, che ne siate consapevoli o no. Superficialmente potete staccarvi dalla tradizione cristiana, ma i livelli profondi del vostro inconscio sono pieni

di questa tradizione; sono condizionati da secoli di educazione improntata a un particolare modello; e senza dubbio una mente che vuole scoprire qualcosa al di là, se esiste qualcosa del genere, prima deve essere libera da tutti i condizionamenti. Perciò, in questi discorsi non parleremo assolutamente del miglioramento di sé e non ci occuperemo del miglioramento di un certo modello; non vogliamo condizionare la mente in base a un modello più nobile o a un modello di più ampio valore sociale. Al contrario, cercheremo di scoprire come liberare la mente, la coscienza totale, da tutti i condizionamenti; perché, se ciò non avviene, non può esserci esperienza della realtà. Potete parlare della realtà, leggere innumerevoli volumi al riguardo, leggere tutti i testi sacri dell'Oriente e dell'Occidente; ma, finché la mente non è consapevole dei suoi stessi processi, finché non si vede funzionare entro un particolare modello e finché non riesce a liberarsi da questo condizionamento, qualunque ricerca è ovviamente inutile. Ritengo quindi di estrema importanza iniziare da noi stessi, per diventare consapevoli del nostro condizionamento. Com'è straordinariamente difficile capire di essere condizionati! Superficialmente, ai livelli più esterni della mente, possiamo essere consapevoli di essere condizionati; possiamo staccarci da un modello e adottarne un altro, abbandonare il cristianesimo e diventare comunisti, lasciare il cattolicesimo e unirci a un altro gruppo altrettanto tirannico pensando di evolvere, di crescere verso la realtà. Invece, è semplicemente un cambiamento di prigione. Eppure è questo che vuole la maggior parte di noi: trovare sicurezza nel nostro modo di pensare. Vogliamo seguire un modello stabilito per non venire disturbati nei nostri pensieri e nelle nostre azioni. Ma solo una mente capace di osservare pazientemente i propri condizionamenti e di esserne libera, solo questa mente può operare una rivoluzione, una trasformazione radicale, scoprendo così ciò che è infinitamente al di là della mente, al di là dei nostri

desideri, delle nostre vanità e ricerche. Senza conoscenza di sé, senza conoscerci così come siamo (non come vorremmo essere, che è una pura illusione, una fuga idealistica), senza conoscere i modelli del proprio pensiero, tutte le motivazioni, i pensieri e le innumerevoli reazioni, non è possibile comprendere e andare oltre questo intero processo del pensiero. Avete affrontato molti disagi per venire qui, in questa calda giornata, per ascoltare un discorso. Ma mi chiedo se state davvero ascoltando. Che cos'è l'ascolto? Credo sia importante indagarlo più a fondo, se siete d'accordo. Ascoltate realmente o interpretate quello che viene detto nei termini della vostra comprensione? Siete capaci di ascoltare qualcuno? O nel processo dell'ascoltare sorgono vari pensieri e opinioni, e in questo modo le vostre conoscenze ed esperienze si interpongono tra ciò che viene detto e la vostra comprensione? È importante capire la differenza tra attenzione e concentrazione. La concentrazione implica scelta, non è vero? Cercate di concentrarvi su quello che dico e la vostra mente si focalizza, si restringe e intervengono altri pensieri; quindi non c'è un vero ascolto, ma una battaglia in atto nella mente, un conflitto tra ciò che ascoltate e il desiderio di tradurlo, di applicare ciò di cui sto parlando, e cosi via. Invece, l'attenzione è qualcosa di completamente diverso. Nell'attenzione non c'è focalizzazione, non c'è scelta: c'è totale consapevolezza senza nessuna interpretazione. Se riusciamo ad ascoltare attentamente, totalmente, ciò che viene detto, questa stessa attenzione crea il miracolo del cambiamento all'interno della mente. Stiamo parlando di qualcosa di importanza immensa; perché, se non avviene una rivoluzione radicale in ognuno di noi, non vedo come potremmo portare un grande, radicale cambiamento nel mondo. E questo cambiamento radicale è senza dubbio essenziale. Una semplice rivoluzione economica, comunista o socialista che sia, non ha nessuna importanza. Deve trattarsi di una

rivoluzione religiosa, ma una rivoluzione religiosa non può avvenire se la mente continua a conformarsi al modello di un condizionamento precedente. Finché saremo cristiani o induisti, non può avvenire una rivoluzione radicale, nel vero senso religioso della parola. E abbiamo davvero bisogno di questa rivoluzione. Quando la mente è libera da tutti i condizionamenti, scoprite che si manifesta la creatività della realtà, di Dio o di quello che volete, e solo questa mente, una mente che sperimenta di continuo questa creatività, può creare una visione diversa, valori diversi e un mondo diverso. Quindi è importante conoscere se stessi. La conoscenza di sé è l'inizio della saggezza. La conoscenza di sé non è data da qualche psicologo, libro o filosofo, ma dal conoscerci così come siamo attimo per attimo. Capite? Conoscere noi stessi significa osservare che cosa pensiamo, che cosa sentiamo, non solo superficialmente, ma con la profonda consapevolezza di ciò che è senza condanna, senza giudizio, senza valutazione né comparazione. Provate e vedrete la straordinaria difficoltà, per una mente abituata da secoli a paragonare, condannare, giudicare e valutare, fermare questo intero processo e osservare semplicemente ciò che è. Ma se ciò non avviene, non solo a livello superficiale, bensì riguardo a tutto il contenuto della coscienza, è impossibile scavare nella profondità della mente. Se siete qui per comprendere realmente quello che viene detto, è questo che ci interessa, e nient'altro. Il nostro problema non è a quale società dovremmo appartenere, quali attività dovremmo svolgere, quali libri leggere e tutte queste cose superficiali, ma come liberare la mente dal condizionamento. La mente non è soltanto la coscienza di veglia occupata con le attività quotidiane, ma anche gli strati profondi dell'inconscio in cui c'è tutto il residuo del passato, della tradizione, degli istinti razziali. Tutto questo è la mente e, se la coscienza totale non è completamente libera, la nostra ricerca, la nostra indagine, le nostre scoperte saranno limitate, ristrette, meschine. La mente è

completamente condizionata, non c'è parte della mente che non sia condizionata, e il nostro problema è: può questa mente liberarsi? E qual è l'entità che può liberarla? Capite il problema? La mente è la totalità della coscienza, con tutti i suoi vari strati di conoscenza, acquisizione, tradizione, istinti razziali e ricordi. Può questa mente liberare se stessa? O la mente può essere libera soltanto quando vede che è condizionata, e che qualunque movimento a partire da questo condizionamento è sempre un'altra forma di condizionamento? Spero che riusciate a seguirmi; se non è così, ne discuteremo ancora nei prossimi giorni. La mente è totalmente condizionata; se riflettete, è un fatto ovvio. Non è una mia invenzione, è un fatto. Apparteniamo a una certa società; siamo stati educati all'interno di una certa ideologia, con determinati dogmi e tradizioni; e il profondo influsso della cultura, della società, condiziona in continuo la mente. Come può questa mente essere libera, dato che ogni movimento della mente per liberarsi è il risultato del suo condizionamento e deve quindi creare ulteriore condizionamento? C'è un'unica risposta. La mente può essere libera solo se è completamente immobile. Benché abbia problemi, innumerevoli impulsi, conflitti e ambizioni, se la mente, attraverso la conoscenza di sé, attraverso l'osservazione di sé senza accettazione o condanna, ha consapevolezza senza scelta del suo stesso processo, da questa consapevolezza viene uno stupefacente silenzio, una tranquillità della mente in cui non c'è nessun tipo di movimento. Solo allora la mente è libera, perché non ha più desideri, non cerca più, non insegue più uno scopo, un ideale, che sono tutte proiezioni di una mente condizionata. Se arrivate a questa comprensione, in cui non può esservi autoinganno, scoprirete che è possibile il venire in essere di quella cosa straordinaria chiamata creatività. Solo allora la mente può comprendere ciò che è incommensurabile; potete chiamarlo Dio, verità o come preferite, la parola non ha importanza. Potete essere socialmente floridi, potete

avere innumerevoli proprietà, automobili, case, frigoriferi, pace superficiale; ma, se non viene in essere ciò che è incommensurabile, ci sarà sempre sofferenza. Liberare la mente dal condizionamento è la fine della sofferenza. Qui sorgono molte domande, ma qual è la funzione del fare domande e ricevere risposte? Risolviamo il problema facendo una domanda? Che cos'è un problema? Vi prego di seguirmi, pensate con me. Che cos'è un problema? Un problema viene in essere solo quando la mente è occupata con qualcosa, giusto? Se ho un problema, che cosa significa? Supponiamo che la mente sia occupata dal mattino alla sera con l'invidia, la gelosia, il sesso o con quello che volete. È l'occupazione della mente con un oggetto che crea il problema. L'invidia può essere un fatto, ma è l'occupazione della mente con il fatto che crea il problema, il conflitto. Non è così? Supponiamo che io sia invidioso o che abbia qualche impulso violento. L'invidia si manifesta, c'è conflitto e la mente è occupata con il conflitto: come liberarsene, come risolverlo, che cosa fare al riguardo. È l'occupazione della mente con l'invidia che crea il problema, non l'invidia in sé, che esamineremo tra poco, indagandone l'intero significato. Il problema non è quindi il fatto, ma l'occupazione con il fatto. Può la mente liberarsi da questo essere occupata? Può la mente affrontare il fatto senza essere occupata con esso? Esamineremo questo punto continuando la nostra discussione. È davvero interessante osservare la mente al lavoro. Considerando assieme queste domande, stiamo cercando di liberare la mente dalla sua occupazione, il che significa osservare il fatto senza essere occupati con esso. Se ho una particolare compulsione, posso osservare questa compulsione senza essere occupato con essa? Vi prego, osservate la vostra peculiare compulsione all'irritabilità o a qualunque altra cosa. Riuscite a osservarla senza che la vostra mente sia occupata con essa? Essere occupata con essa implica lo sforzo di risolvere quella compulsione, non è così? La

condannate, la paragonate con qualcos'altro, cercate di trasformarla, di superarla. In altre parole, cercare di fare qualcosa riguardo alla vostra compulsione è occupazione. Potete osservare il fatto di avere una particolare compulsione, un impulso, un desiderio; osservarlo senza fare paragoni, senza giudicare, e senza quindi mettere in moto tutto il processo dell'occupazione? Psicologicamente, è un'osservazione molto interessante: osservare come la mente sia incapace di guardare un fatto come l'invidia senza portarvi dentro l'enorme massa di opinioni, giudizi e valutazioni con cui la mente è occupata, senza mai risolvere il fatto ma moltiplicando soltanto i problemi. Spero di essere chiaro. Ritengo sia importante capire questo processo dell'occupazione, perché dietro di esso c'è un fattore molto più profondo: la paura di non essere occupati. Che la mente sia occupata con Dio, la verità, il sesso o l'alcol, la sua qualità è essenzialmente la stessa. Una persona che pensa a Dio e diventa un eremita può essere socialmente più apprezzato, può avere più valore per la società di un ubriacone, ma entrambi sono occupati; e una mente occupata non è libera di scoprire ciò che è vero. Vi prego di non accettare e non rifiutare quello che dico; indagate e scoprite da soli. Se siamo davvero presenti a questo punto, se diamo la nostra piena attenzione all'intero processo dell'occupazione della mente con tutti i problemi, senza tentare di liberare la mente dall'occupazione, che è soltanto un altro modo per essere occupati, se riusciamo a comprendere questo processo totalmente, completamente, penso che il problema stesso diventi irrilevante. Quando la mente è libera dall'occupazione con il problema, quando è libera di osservare, di essere consapevole di tutta la faccenda, allora il problema si può risolvere con relativa facilità.

Interrogante: Tutti i nostri problemi sembrano nascere dal desiderio, ma possiamo essere liberi dal desiderio? Il desiderio è innato in noi o è un prodotto della mente?

Krishnamurti: Che cos'è il desiderio? E perché separare il desiderio dalla mente? Qual è l'entità che dice: "Il desiderio crea problemi, quindi devo liberarmi dal desiderio"? Mi seguite? Dobbiamo capire che cos'è il desiderio, non chiedere come fare per sbarazzarci del desiderio perché crea problemi, o se sia un prodotto della mente. Prima dobbiamo capire che cos'è il desiderio, poi potremo indagarlo più a fondo. Che cos'è il desiderio? Come sorge il desiderio? Io lo spiegherò, ma voi guardate, non limitatevi ad ascoltare le mie parole. Sperimentate realmente ciò di cui stiamo parlando, perché in questo modo acquisterà un senso. Come viene in essere il desiderio? Viene senza dubbio in essere attraverso la percezione o la vista, il contatto, la sensazione e infine il desiderio. Non è così? Prima vedete un'auto, poi c'è il contatto, la sensazione e infine il desiderio di possedere quell'auto, di guidarla. Seguitemi con calma, pazientemente. Nel tentativo di avere quell'auto, che è desiderio, c'è conflitto. Quindi, nell'appagamento stesso del desiderio c'è conflitto, c'è dolore, sofferenza, gioia; volete trattenere il piacere e sbarazzarvi del dolore. È questo che avviene in realtà in ognuno di noi. L'entità creata dal desiderio, l'entità che si identifica con il piacere, dice: "Devo sbarazzarmi di ciò che non è piacevole, di ciò che è doloroso". Non diciamo mai: "Voglio sbarazzarmi del dolore e del piacere". Vogliamo trattenere il piacere e sbarazzarci del dolore, ma è il desiderio che li causa entrambi, non è così? Il desiderio, che viene in essere attraverso la percezione, il contatto e la sensazione, è identificato con l''io' che vuole trattenere ciò che è piacevole e sbarazzarsi di ciò che è doloroso. Ma dolore e piacere sono entrambi prodotti del desiderio, che è parte della mente, non è esterno alla mente; e finché c'è un'entità che dice: "Voglio trattenere questo e sbarazzarmi di quello", c'è necessariamente conflitto. Poiché vogliamo sbarazzarci di tutti i desideri dolorosi e conservare quelli piacevoli, quelli

che valgono la pena, non consideriamo mai il problema del desiderio nella sua interezza. Quando diciamo: "Devo sbarazzarmi del desiderio", qual è l'entità che cerca di sbarazzarsi di qualcosa? Questa entità, non è essa stessa il prodotto del desiderio? Capite? Come ho detto all'inizio di questo dialogo, occorre un'infinita pazienza per comprendere queste cose. Alle domande fondamentali non c'è una risposta in termini di sì o no assoluti. L'importante è porre una domanda fondamentale, non trovare una risposta; se siamo capaci di osservare quella domanda fondamentale senza cercare una risposta, allora la stessa osservazione della domanda fondamentale produce la comprensione. Il nostro problema non è come essere liberi dai desideri dolorosi conservando nello stesso tempo quelli piacevoli, ma comprendere l'intera natura del desiderio. Ciò suscita la domanda: che cos'è il conflitto? E qual è l'entità che sceglie continuamente tra piacere e dolore? L'entità che chiamiamo 'io', il sé, l'ego, la mente che dice: "Questo è piacevole, questo è doloroso; mi afferrerò al piacere e rifiuterò il dolore", questa entità non è il desiderio stesso? Ma se riusciamo a osservare l'intero campo del desiderio, non nei termini di trattenere o di sbarazzarci di qualcosa, scopriremo che il desiderio ha un significato molto diverso. Il desiderio crea contraddizione e la mente che è un minimo attenta non vuole vivere nella contraddizione; per questo cerca di sbarazzarsi del desiderio. Ma se la mente riesce a comprendere il desiderio senza cercare di spazzarlo via, senza dire: "Questo desiderio è migliore e quello è peggiore, questo lo tengo e getto via l'altro"; se è consapevole dell'intero campo del desiderio senza rifiutare, senza scegliere e senza condannare, vedrete che la mente è desiderio; non è separata dal desiderio. Se lo comprendete realmente, la mente diventa molto tranquilla; i desideri sorgono, ma non hanno più impatto, non hanno più particolare significato, non mettono più radici nella mente creando problemi. La mente reagisce, altrimenti non

sarebbe viva; ma la reazione è superficiale e non mette radici. Per questo è importante comprendere l'intero processo del desiderio in cui la maggioranza di noi è ingabbiata. Essendo ingabbiati, sentiamo la contraddizione e il suo infinito dolore, lottiamo contro il desiderio e questa lotta crea dualità. Se invece osserviamo il desiderio senza giudicare, senza valutare o condannare, scopriremo che non mette più radici. La mente che offre spazio ai problemi non troverà mai ciò che è reale. Quindi, il punto non è come risolvere il desiderio, ma comprenderlo, e possiamo comprenderlo solo se non lo condanniamo. Solo la mente che non è occupata con il desiderio può comprendere il desiderio.

Secondo discorso a Oak Grove 7 agosto 1955

"Ovunque la società condiziona l'individuo e questo condizionamento assume la forma del miglioramento di sé, che in realtà è la perpetuazione del 'me', dell'ego, in varie forme. L'automiglioramento può essere grossolano o molto, molto sottile quando diventa la pratica della virtù, della bontà, il cosiddetto amore per il prossimo, ma essenzialmente è la continuazione del 'me', che è un prodotto degli influssi condizionanti della società. Tutti i vostri sforzi sono stati rivolti al diventare qualcosa; se ci riuscite, qui; altrimenti, in un altro mondo. Ma è la stessa pressione, la stessa pulsione a preservare e continuare il sé".

Può essere utile, per prima cosa, discutere assieme che cosa intendiamo per ascolto. È evidente che voi siete qui per ascoltare e per capire ciò che viene detto, e ritengo che sia importante capire come ascoltiamo, perché la comprensione dipende dal nostro modo di ascoltare. Ascoltando, discutiamo con noi stessi su ciò che viene detto, lo interpretiamo in base alle nostre particolari opinioni, conoscenze e fissazioni, oppure ascoltiamo con attenzione e

senza nessun senso di interpretazione? E che cosa significa fare attenzione? A mio parere è molto importante distinguere tra attenzione e concentrazione. Possiamo ascoltare con un'attenzione in cui non c'è interpretazione, non c'è rifiuto né accettazione, in modo da capire completamente quello che viene detto? Penso sia ovvio che, se si ascolta con totale attenzione, questa stessa attenzione produce un effetto straordinario. Vi sono due modi di ascoltare. Si possono seguire superficialmente le parole, capirne il senso e limitarsi al significato esteriore della descrizione; oppure possiamo ascoltare la descrizione, la sua forma verbale, e indagarla interiormente, ovvero essere consapevoli di quello che viene detto facendone diretta esperienza dentro di noi. Se facciamo in questo secondo modo, cioè se attraverso la descrizione sperimentiamo direttamente la cosa che viene descritta, credo che abbia un grande valore. Forse riuscite a sperimentare in questo modo quello che state ascoltando. In tutto il mondo c'è un'estrema povertà, come in Asia, e un'enorme ricchezza, come in questo paese; c'è violenza, sofferenza, ingiustizia, il senso di una vita priva di amore. Vedendo tutto questo, che cosa faremo? Qual è il vero approccio a questi innumerevoli problemi? Tutte le religioni hanno messo l'accento sul miglioramento di sé, sulla coltivazione della virtù, sull'accettazione dell'autorità, sull'adesione a determinati dogmi e credenze, su un grande sforzo per uniformarsi. Non solo in campo religioso, ma anche politico e sociale, c'è questa continua spinta al miglioramento di sé: devo essere più nobile, più gentile, più premuroso, meno violento. La società, con l'aiuto della religione, ha prodotto una cultura dell'automiglioramento nel senso più ampio della parola. È questo che tutti cerchiamo continuamente di fare: tentare di migliorare noi stessi; e ciò implica sforzo, disciplina, conformismo, competizione, accettazione dell'autorità, il senso della sicurezza, la giustificazione dell'ambizione. Il miglioramento di sé produce alcuni risultati evidenti: ci

rende più socialmente orientati; ha un significato sociale e nient'altro, perché il miglioramento di sé non rivela la realtà ultima. Ritengo sia molto importante capirlo. Le nostre religioni non ci aiutano a capire che cos'è reale, perché essenzialmente si basano non sull'abbandono del sé ma sul miglioramento, sul perfezionamento del sé, che non è altro che la continuazione del sé in un'altra forma. Sono davvero pochi quelli che si staccano dalla società, non dai suoi orpelli esterni, ma da tutte le implicazioni di una società basata sull'acquisizione, l'invidia, il raffronto e la competizione. Questa società condiziona la mente a un particolare modello di pensiero, il modello dell'automiglioramento, dell'autocorrezione e dell'autosacrificio, ma solo chi riesce a staccarsi da tutto questo condizionamento può scoprire ciò che non è misurabile dalla mente. Che cosa si intende con sforzo? Tutti facciamo degli sforzi; il nostro modello sociale si fonda sullo sforzo per acquisire, per sapere di più, per avere più conoscenza e, in base alla conoscenza, agire. C'è questo continuo sforzo per migliorarsi, adattarsi, correggersi, questa pulsione all'appagamento con tutte le sue frustrazioni, paure e sofferenze. Secondo questo modello, che tutti conosciamo e di cui tutti facciamo parte, è perfettamente giustificato essere ambiziosi, essere invidiosi, competere, inseguire un particolare risultato. La nostra società, in America, in Europa o in India, si fonda essenzialmente su questo. Ma la società, la cultura nella sua accezione più ampia, aiuta l'individuo a scoprire la verità? Oppure la società è dannosa per l'uomo, perché gli impedisce di scoprire che cos'è vero? È evidente che la società come noi la conosciamo, questa cultura in cui viviamo e operiamo, spinge l'uomo a conformarsi a un preciso modello, a essere rispettabile; ed è il prodotto di molti desideri. Noi abbiamo creato questa società, non è venuta in essere da sola. Ma questa società aiuta l'individuo a scoprire ciò che è vero, Dio o comunque volete chiamarlo,

le parole non hanno importanza; oppure, per scoprire ciò che è vero, l'individuo deve mettere completamente da parte la cultura, i valori della società? Il che non significa, vi prego di tenerlo a mente, diventare antisociali e fare quello che vogliamo. Tutto il contrario. L'attuale struttura sociale si basa sull'invidia, sull'acquisizione, e in ciò è implicito il conformismo, l'accettazione dell'autorità, il perpetuo appagamento dell'ambizione, che è essenzialmente il sé, il 'me' che lotta per diventare qualcosa. Questo è il materiale di cui è fatta la società, e la sua cultura (piacevole e spiacevole, bello e brutto, l'intero ambito dello sforzo sociale) condiziona la mente. Voi siete il prodotto della società. Se foste nati e cresciuti in Russia, e se foste stati educati secondo quel modello, neghereste Dio e accettereste determinati modelli come qui ne accettate altri. Qui credete in Dio e siete atterriti dall'idea di non crederci, perché non sareste rispettabili. Ovunque la società condiziona l'individuo e questo condizionamento assume la forma del miglioramento di sé, che in realtà è la perpetuazione del 'me', dell'ego, in varie forme. L'automiglioramento può essere grossolano o molto, molto sottile quando diventa la pratica della virtù, della bontà, il cosiddetto amore per il prossimo, ma essenzialmente è la continuazione del 'me', che è un prodotto degli influssi condizionanti della società. Tutti i vostri sforzi sono stati rivolti al diventare qualcosa; se ci riuscite, qui; altrimenti, in un altro mondo. Ma è la stessa pressione, la stessa pulsione a preservare e continuare il sé. Vedendo tutto questo, e non occorre che scenda nei dettagli, è inevitabile chiedersi: la società, la cultura, è fatta per aiutare l'uomo a scoprire quello che possiamo chiamare verità o Dio? L'importante è certamente scoprire, sperimentare direttamente, qualcosa che è molto al di là della mente; non solo avere fede, che è priva di qualunque valore. Le cosiddette religioni, seguire i vari maestri, le discipline, appartenere a sette o culti che, se osservate, rientrano tutti nell'ambito della rispettabilità

sociale, tutte queste cose vi aiutano a scoprire la beatitudine senza tempo, la realtà eterna? Se non vi limitate ad ascoltare quello che viene detto, approvandolo o disapprovandolo, ma chiedete a voi stessi se la società vi aiuta, non nel senso superficiale di darvi cibo, abiti e riparo, ma in senso profondo; se vi ponete realmente questa domanda, il che significa che state applicando a voi stessi quello che viene detto, e in questo modo diventa un'esperienza diretta e non una mera ripetizione di ciò che avete udito o appreso, vedrete che lo sforzo esiste soltanto nell'ambito dell'automiglioramento. Lo sforzo è fondamentalmente un fattore della società che condiziona la mente a un modello in cui lo sforzo è ritenuto essenziale. Funziona così: se sono uno scienziato devo studiare, devo conoscere la matematica, devo sapere tutto quello che è stato detto in precedenza, devo avere un accumulo enorme di sapere. La mia memoria deve venire allenata, rafforzata e ampliata. Ma questa memoria, questa conoscenza, impedisce di fatto altre scoperte. Solo se dimentico tutta la conoscenza acquisita, se spazzo via tutte le informazioni ricevute, e che comunque potrò riusare in seguito, solo allora potrò scoprire qualcosa di nuovo. Non posso scoprire niente di nuovo con il fardello del passato, con il fardello della conoscenza; è un fatto psicologico evidente. Dico queste cose perché ci accostiamo alla realtà, a questo straordinario stato di creatività, con tutto il peso della società, con i condizionamenti di una certa cultura, e in questo modo non scopriamo mai niente di nuovo. Il sublime, l'eterno, deve essere certamente nuovo, al di là del tempo; ma, perché il nuovo venga in essere, non può esservi nessuno sforzo esercitato in vista dell'automiglioramento o dell'autoappagamento. Solo quando questo sforzo cessa completamente, l'altro diventa possibile. Vi prego di capire che è un punto molto importante. Non si tratta di contemplarvi l'ombelico per sprofondare in qualche tipo di illusione, ma di comprendere l'intero processo dello sforzo

all'interno della società; questa società di cui siete il prodotto, che voi avete creato e in cui lo sforzo è essenziale, perché altrimenti siete perduti. Se non siete ambiziosi, venite distrutti; se non siete avidi, vi calpestano; se non siete invidiosi, non potete diventare dei manager o delle persone di successo. Fate continui sforzi per essere o per non essere, per diventare qualcosa, per avere successo, per appagare la vostra ambizione; e con questa mentalità, che è il prodotto della società, cercate di scoprire qualcosa che non appartiene alla società. Se vogliamo scoprire ciò che è vero, dobbiamo essere completamente liberi da tutte le religioni, da tutti i condizionamenti, da tutti i dogmi, da tutte le credenze e da qualunque autorità che spinga a uniformarci; il che significa, essenzialmente, essere completamente soli, e questo è molto difficile. Non è un passatempo da domenica mattina, in cui fate una bella gita e vi sedete sotto gli alberi per ascoltare qualche sciocchezza. Scoprire ciò che è vero richiede enorme pazienza, dolcezza e cautela. Il mero studio dei libri non ha valore; ma se, ascoltando, riuscite a essere totalmente attenti, vedrete che questa stessa attenzione vi libererà dallo sforzo; e in questo modo, senza movimento in nessuna direzione, la mente sarà in grado di ricevere qualcosa di straordinariamente bello e creativo, qualcosa che non è misurabile in base alla conoscenza, in base al passato. Solo una persona del genere è davvero religiosa e rivoluzionaria, perché non fa più parte di questa società. Finché siete ambiziosi, invidiosi, avidi e competitivi, siete questa società. Con questa mentalità, di cui è straordinariamente difficile liberarsi, cerchiamo Dio, ma è una ricerca priva di significato, perché non è altro che l'ennesimo sforzo per diventare qualcosa, per ottenere qualcosa. Per questo è così importante capire il nostro rapporto con la società, essere consapevoli di tutte le credenze, i dogmi, le dottrine e le superstizioni che abbiamo acquisito e gettarle via; non con sforzo, perché altrimenti ricadreste nella stessa cosa, ma

semplicemente vedendo tutte queste cose per quello che sono e lasciandole andare, come foglie che in autunno si seccano e cadono, lasciando l'albero nudo. Solo questa mente può ricevere qualcosa che porta nella vita una felicità incommensurabile. Discutendo con voi alcuni di questi punti, ovviamente non darò nessuna risposta, perché stiamo cercando di scoprire assieme il significato della domanda. Se ascoltate soltanto per sentire la risposta a una domanda, temo che rimarrete delusi, perché significa che non siete interessati al problema ma solo alla risposta, come gran parte di noi. Credo sia molto importante porre delle domande fondamentali e continuare a porle senza cercare una risposta, perché più insistete nel porre le domande fondamentali, nell'esaminare e nell'indagare, più la mente diventa acuta e consapevole. Quali sono le domande fondamentali? Può dirvelo qualcuno o dovete scoprirle da soli? Se scoprite da soli quali sono le domande fondamentali, la vostra mente si è già trasformata; è già diventata molto più ricca di significato di quando pone piccole domande e trova piccole risposte.

Interrogante: In questo paese, la delinquenza giovanile sta crescendo a un ritmo allarmante. Come risolvere questo problema sempre più grave?

Krishnamurti: All'interno del modello sociale vi sono ovviamente delle rivolte. Alcune rivolte sono rispettabili e altre no, ma tutte appartengono al campo della società, sono entro i limiti della recinzione sociale. Una società fondata sull'invidia, l'ambizione, la violenza e la guerra deve ovviamente aspettarsi delle rivolte al proprio interno. Quando andate al cinema, i film vi fanno sempre vedere una grande violenza. Ci sono state due spaventose guerre mondiali, di una violenza assoluta. Una nazione che mantiene un esercito è distruttiva per i suoi stessi cittadini. Vi prego, ascoltate. Nessuna nazione può essere in pace finché ha un esercito, offensivo o difensivo che sia. Un esercito è difensivo e offensivo nello stesso tempo, non è

fatto per portare la pace. Nel momento stesso in cui una cultura crea e mantiene un esercito, distrugge se stessa. È un fatto storicamente provato. Da ogni parte veniamo incoraggiati a essere competitivi, a essere ambiziosi, ad avere successo. Competizione, ambizione e successo sono le divinità di una società particolarmente prospera come questa; perciò, che cosa vi aspettate? Vorreste che i giovani delinquenti diventassero persone rispettabili, ecco tutto. Non andate alle radici del problema, il che significa fermare l'intero processo della guerra, del mantenimento di un esercito, dell'ambizione, di incoraggiare la competizione. Queste cose, che sono radicate nei nostri cuori, sono le recinzioni della società entro le quali è sempre in atto la rivolta, da parte dei giovani e degli adulti. Il problema non è la delinquenza giovanile; coinvolge tutta la nostra struttura sociale e non avrà risposta finché voi e io non usciremo completamente dalla società: da una società che è ambizione, violenza, desiderio di successo, di diventare qualcuno, di essere in cima. Questo intero processo è in essenza la ricerca egoistica di appagamento, ma è stata resa rispettabile. Come veneriamo una persona di successo! Decoriamo un uomo che uccide migliaia di uomini! Poi ci sono tutte le divisioni di fede, di dogma: cristiani e induisti, buddhisti e musulmani. Sono queste le cose che creano conflitto. Se affrontiamo la delinquenza giovanile chiudendo semplicemente i figli in casa, punendoli, arruolandoli nell'esercito o ricorrendo alle varie soluzioni offerte dagli psicologi e dai riformatori sociali, stiamo trattando superficialmente una domanda fondamentale. Abbiamo paura di affrontare le domande fondamentali perché diventeremmo impopolari, verremmo definiti comunisti o chissà che cos'altro, e le etichette sembrano avere una straordinaria importanza per la maggior parte di noi. In Russia, in India o qui, il problema è essenzialmente lo stesso; e solo quando la mente comprende la struttura sociale nella sua interezza scopriremo un approccio

totalmente diverso a questo problema e forse creeremo così una vera pace, non la falsa pace dei politici.

Interrogante: Nella mia ricerca sono andato da un maestro all'altro e adesso sono arrivato da lei nello stesso spirito di ricerca. Lei è diverso da tutti gli altri? Come posso saperlo?

Krishnamurti: Stai cercando, ma che cosa significa cercare? Capisci la domanda? È chiaro che stai cercando qualcosa, ma che cosa? Essenzialmente, stai cercando uno stato della mente che non può mai venire turbato e che chiami pace, Dio, amore o in qualunque altro modo. Non è vero? La nostra vita è turbata, ansiosa, piena di paura, oscurità, disordine e confusione, e vogliamo fuggire da tutto questo; ma, se una persona confusa è alla ricerca, la sua ricerca si fonda sulla confusione e quindi non troverà che altra confusione. Mi seguite? In primo luogo dobbiamo indagare perché stiamo cercando e che cosa stiamo cercando. Andiamo da un maestro all'altro e ognuno di loro offre vari metodi di disciplina e di meditazione, alcuni totalmente assurdi; quindi, l'importante non è il maestro e ciò che offre, ma quello che state cercando. Se avete grande chiarezza su quello che state cercando, troverete un maestro che ve lo offrirà. Se cercate la pace, troverete un maestro che vi offrirà quello che cercate. Ma quello che cercate potrebbe non essere affatto vero. Capite? Posso volere la perfetta beatitudine, cioè uno stato indisturbato della mente in cui c'è totale tranquillità, nessun conflitto, nessun dolore, nessuna ricerca e nessun dubbio; così pratico una disciplina esposta da qualche maestro e forse questa disciplina produrrà il suo risultato, che io chiamo pace. Potrei prendere un farmaco, una pillola, che produce lo stesso effetto; salvo che non sarebbe rispettabile, mentre l'altra cosa sì. [Risate] Vi prego, non c'è niente da ridere; è esattamente quello che facciamo. È ovvio che troverete quello che cercate, se siete disposti a pagarne il prezzo. Se vi mettete nelle mani di un altro, se seguite un'autorità, una

disciplina, se esercitate il controllo su voi stessi, troverete quello che cercate, il che significa che la vostra ricerca è determinata dal desiderio; ma tu non sei realmente consapevole della motivazione della tua ricerca e così mi chiedi qual è la mia posizione e come fai a sapere se quello che dico è vero o falso. Sei andato da vari maestri, sei stato irretito, ingannato, e adesso vuoi provare quest'altra cosa. Ma io non dico niente, non ti dico assolutamente niente. Tutto ciò che dico è conoscerti sempre più in profondità, vederti come sei realmente, cosa che nessuno può insegnarti; e non puoi vederti come sei realmente se sei legato da convinzioni, dogmi, superstizioni e paure. Per una mente che non sa stare da sola, la ricerca non ha alcun senso. Stare da sola significa essere incorrotta, innocente, libera da tutte le tradizioni, dogmi, opinioni, da ciò che dicono gli altri, e così via. Questa mente non cerca perché non c'è niente da cercare; essendo libera, questa mente è completamente immobile, senza un desiderio, senza movimento. Ma questo non è uno stato che si può raggiungere; non è qualcosa che si ottiene attraverso la disciplina; non viene in essere rinunciando al sesso o praticando un certo tipo di yoga. Viene in essere solo quando c'è la comprensione dei funzionamenti del sé, del 'me', che si rivela attraverso la mente conscia nelle attività quotidiana, e anche nell'inconscio. L'importante è comprendere da soli, non attraverso la guida di altri, il contenuto totale della coscienza, che è condizionata, che è il prodotto della società, della religione, di vari influssi, impressioni, ricordi: comprendere tutti questi condizionamenti ed esserne liberi. Ma non c'è un 'come' essere liberi. Se chiedete come essere liberi, non state ascoltando. Supponiamo ad esempio che vi dica che la mente deve essere totalmente incondizionata. In che modo ascoltate un'affermazione di questo tipo? Con quale attenzione la ascoltate? Se osservate la vostra mente, e spero che lo stiate facendo, vi accorgerete di dire

interiormente: "È impossibile", "Non si può", "I condizionamenti si possono soltanto modificare", e così via. In altre parole, non state ascoltando con attenzione quello che viene detto, ma vi contrapponete le vostre opinioni, le vostre conclusioni, le vostre conoscenze. Perciò, non c'è attenzione. Il fatto è che la mente è condizionata, che siate comunisti, cattolici, protestanti, induisti o quello che sia. Possiamo essere inconsapevoli di questo condizionamento, accettarlo, oppure cercare di modificarlo, nobilitarlo, cambiarlo. Ma non ci poniamo mai la domanda: può la mente essere totalmente libera dal condizionamento? Prima di potervi fare seriamente questa domanda, dovete essere consapevoli che la vostra mente è condizionata, com'è ovvio che sia. Capite che cosa intendo per condizionamento? Non il condizionamento superficiale della lingua, dei gesti, dei comportamenti e tutto il resto, ma condizionamento in senso più profondo, più fondamentale. La mente è condizionata quando è ambiziosa, non solo riguardo a questo mondo, ma ambiziosa anche in termini spirituali. Tutto questo sforzo per automigliorarsi è il prodotto del condizionamento, ma può la mente essere totalmente libera da questo condizionamento? Se vi ponete realmente questa domanda, con serietà, senza cercare una risposta, scoprirete la risposta giusta, che non riguarda se sia possibile o impossibile; ma avviene qualcosa di completamente diverso. Per questo è importante scoprire come fare attenzione a questi discorsi. Se non fate attenzione, vi assicuro che è una perdita di tempo venire qui ogni weekend. Può essere piacevole venire a Ojai, ma fa molto caldo. Se invece fate piena attenzione a quello che viene detto, che non significa ricordare qualcosa che avete letto, contrapporre un'opinione a un'altra opinione, o prendere appunti dicendo: "Ci penserò più tardi", ma porre immediatamente a voi stessi la domanda che viene fatta, mentre state ascoltando, il fatto stesso dell'attenzione dà la risposta giusta.

Interrogante: Ormai è un fatto riconosciuto che molte malattie sono psicosomatiche, causate da profonde frustrazioni interiori e conflitti di cui siamo spesso inconsapevoli. Dobbiamo correre dagli psichiatri come prima correvamo dai medici, o c'è un modo per liberarci da questo disordine interiore?

Krishnamurti: Ciò solleva la domanda: qual è la posizione degli psicoanalisti? E qual è la posizione di quelli di noi che soffrono di qualche malattia o infermità? La malattia è causata dai nostri disturbi emotivi o non ha nessun significato emotivo? Molti di noi soffrono di disturbi emotivi. Molti di noi sono confusi, inquieti, anche i ricchi che posseggono automobili, frigoriferi e tutto il resto. E, poiché non sappiamo gestire questa inquietudine, essa si riflette inevitabilmente sul corpo causando delle malattie; è perfettamente ovvio. Quindi, la domanda è: dobbiamo correre dagli psichiatri per farci aiutare a rimuovere i nostri disturbi emotivi e recuperare la salute, o è possibile scoprire da noi come non essere turbati, come non avere inquietudini, ansie e paure? Perché siamo disturbati? Che cos'è questo disturbo? Voglio qualcosa, ma non posso averlo. Così, entro in un certo stato. Voglio realizzarmi attraverso i miei figli, attraverso mia moglie, attraverso i miei possessi, la posizione, il successo e tutto il resto, ma ne sono impedito, e per questo sono disturbato. Sono ambizioso, ma altri mi spingono via e mi superano; eccomi di nuovo nel caos, nell'agitazione, che causa una reazione fisica. Possiamo, voi e io, essere liberi da questa agitazione e confusione? Che cos'è la confusione? Capite? Che cos'è la confusione? La confusione esiste solo quando c'è il fatto più il mio pensiero sul fatto: la mia opinione sul fatto, il mio non vedere il fatto, la mia evasione dal fatto, la mia valutazione del fatto, e così via. Se riesco a guardare il fatto senza aggiungervi niente, non c'è confusione. Se riconosco il fatto che una certa strada porta a Ventura, non c'è nessuna confusione. La confusione nasce solo quando penso o insisto

che la strada porti da un'altra parte; ed effettivamente è questo lo stato in cui si trova la maggior parte di noi. Le nostre opinioni, convinzioni, desideri e ambizioni sono così forti, e noi ne siamo così schiacciati, che non riusciamo a vedere il fatto. Quindi, aggiungere al fatto opinioni, giudizi, valutazioni, ambizioni e tutto il resto causa confusione. Possiamo voi e io, essendo confusi, non agire? Qualunque azione nata dalla confusione deve sicuramente condurre ad altra confusione, altra agitazione, e tutto questo si ripercuote sul corpo, sul sistema nervoso, causando le malattie. Essere confusi e riconoscere di esserlo richiede non coraggio, ma una certa chiarezza di pensiero, una chiarezza di percezione. Molti di noi hanno paura di riconoscere di essere confusi, e così a partire da questa confusione scegliamo i nostri leader, i maestri, i politici; ma se scegliamo qualcosa in base alla confusione, anche la nostra scelta è confusa e quindi deve essere confuso anche il leader. È possibile essere consapevoli della nostra confusione, riconoscere la causa della confusione e non agire? Quando una mente confusa agisce, produce soltanto ulteriore confusione; ma una mente consapevole di essere confusa, e che comprende tutto il processo della confusione, non ha bisogno di agire, perché questa stessa chiarezza è la sua azione. Credo sia piuttosto difficile per molte persone capire perché siamo così abituati ad agire, a fare; ma se osserviamo l'azione, se ne vediamo i risultati, se guardiamo che cosa sta avvenendo nel mondo, nella sfera politica e in tutte le altre, diventa perfettamente evidente che la cosiddetta azione riformista non fa che produrre ancora più confusione, più caos, più riforme. Possiamo essere consapevoli, a livello individuale, della nostra confusione, della nostra agitazione e conviverci, capirle, senza volerle eliminare, spingerle via o fuggire? Finché facciamo opposizione, finché condanniamo o fuggiamo, questa stessa condanna, questa stessa fuga sono il processo della confusione. Non credo che nessun analista possa risolvere il

problema. Può aiutarvi temporaneamente a uniformarvi a un determinato modello sociale che chiama normalità, ma il problema è molto più profondo e nessuno può risolverlo salvo voi stessi. Voi e io abbiamo creato questa società; è il risultato delle nostre azioni, dei nostri pensieri, del nostro stesso essere; e, finché cercheremo soltanto di riformare il risultato senza comprendere l'entità che l'ha prodotto, avremo sempre più malattie, sempre più caos e sempre più delinquenza. La conoscenza di sé porta saggezza e azione retta.

Terzo discorso a Oak Grove 13 agosto 1955

"Il nostro problema è essere buoni senza cercare di essere buoni. Ritengo che tra le due cose vi sia una netta differenza... È ovvio che una persona che si sforza di essere umile non sa assolutamente che cosa sia l'umiltà... È possibile avere il senso dell'umiltà senza coltivare l'umiltà?".

Credo che una delle nostre maggiori difficoltà sia la comunicazione. Voglio dire qualcosa con l'ovvia intenzione che voi la comprendiate, ma ognuno di noi interpreta le parole che ascolta in base al proprio peculiare background; quindi, con un pubblico numeroso come questo, è molto difficile comunicare esattamente quello che si intende. Oggi vorrei discutere di un argomento che ritengo molto importante, ovvero l'intero problema della coltivazione della virtù. Vediamo che, senza virtù, la mente è caotica e contraddittoria; e che se non abbiamo una mente tranquilla e ordinata, in cui non c'è conflitto, ovviamente non possiamo andare molto più in là. La virtù non è fine a se stessa. La coltivazione della virtù porta in una direzione ed essere virtuosi in un'altra. Molti di noi sono interessati alla coltivazione della virtù perché, anche se superficialmente, la virtù dà un certo equilibrio, una certa serenità della mente in cui non c'è questo incessante conflitto tra desideri

contraddittori. A me sembra perfettamente ovvio che la semplice coltivazione della virtù non può mai portare la libertà, ma conduce soltanto a una tranquillità rispettabile, a un senso di ordine, di controllo, prodotto dal portare la mente a conformarsi a un determinato modello sociale che viene chiamato virtù. Il nostro problema è essere buoni senza cercare di essere buoni. Ritengo che tra le due cose vi sia una netta differenza. Essere buoni è uno stato in cui non c'è sforzo, ma noi non siamo in quello stato. Siamo invidiosi, ambiziosi, maldicenti, crudeli, gretti, meschini, imprigionati in varie forme di stupidità, e tutto questo non è essere buoni. Essendo tutte queste cose, come si può raggiungere uno stato mentale buono senza fare sforzi per essere buoni? Una persona che si sforza di essere virtuosa non è virtuosa, non è così? È ovvio che una persona che si sforza di essere umile non sa assolutamente che cosa sia l'umiltà. Se non si è umili, è possibile avere il senso dell'umiltà senza coltivare l'umiltà? Non so se avete mai riflettuto su questo problema. Vedere la necessità della virtù è facile. È come tenere la stanza pulita, ma avere una stanza pulita non è fine a se stesso. Fare della virtù un fine in se stesso ha degli ovvi benefici sociali: vi aiuta a essere un cosiddetto bravo cittadino che vive in base a un certo modello, che viviate qui, in India o in Russia. Ma non è importante per la mente essere ordinata senza imposizioni, senza disciplina, e dimenticare tutto ciò in modo che non sia controllata, disciplinata, sforzandosi continuamente di uniformarsi? In definitiva, che cosa stiamo cercando? Che cosa cerca ognuno di noi, non in teoria, astrattamente, ma nella realtà? C'è davvero differenza tra la ricerca di una persona che cerca appagamento attraverso la conoscenza, attraverso Dio, e quella di una persona che cerca la ricchezza, l'appagamento delle proprie ambizioni o la soddisfazione attraverso l'alcol? In termini sociali c'è una differenza. La persona che cerca soddisfazione nell'alcol è ovviamente una persona antisociale, mentre quella che

cerca appagamento unendosi a un gruppo religioso, diventando un eremita e così via, è socialmente meritevole. Ma questa è l'unica differenza. Ciò che stiamo cercando porta davvero contentezza, per quanto siamo seri nella nostra ricerca? E noi siamo seri, vero? L'eremita, il monaco, la persona che insegue varie forme di piacere, tutti a modo loro sono molto seri. Ma questa è sincerità? C'è sincerità nella ricerca per ottenere qualcosa? Capite la mia domanda? O c'è sincerità solo quando non c'è ricerca di un fine? Se siete qui, dovete avere una certa sincerità; altrimenti non vi sareste dati la pena di venire. Quello che mi sto chiedendo, e spero che vi stiate chiedendo anche voi, è che cosa significa essere sinceri, perché da questo dipende, io credo, quello di cui discuteremo in seguito. Se siete qui alla ricerca di appagamento, per capire delle vostre esperienze passate, per coltivare un certo stato della mente che pensate vi darà pace e tranquillità, o per sperimentare quella che chiamate realtà, o Dio, dovete essere davvero sinceri. Ma non dovete forse esaminare la vostra sincerità? È sincerità cercare qualcosa che vi dia piacere o tranquillità? Se comprendiamo realmente tutto il processo della ricerca, se comprendiamo perché cerchiamo e che cosa cerchiamo (e questo processo si può comprendere solo attraverso la conoscenza di sé, attraverso la consapevolezza del movimento del nostro pensiero, delle nostre risposte e reazioni, dei nostri vari impulsi) forse scopriremo che cosa significa essere virtuosi senza disciplinarci a essere virtuosi. Ritengo che, finché la mente è in conflitto, anche se la reprimiamo, anche se cerchiamo di fuggire, anche se la discipliniamo, la controlliamo e la modelliamo in base a determinati schemi, il conflitto rimane latente nella mente e una tale mente non può mai essere realmente silenziosa. E, a mio parere, è essenziale avere una mente silenziosa, perché la mente è il nostro unico strumento di comprensione, percezione e comunicazione; e, finché questo strumento non è

perfettamente chiaro e capace di percezione, capace di investigare senza un fine, non ci può essere libertà, tranquillità, e quindi nessuna scoperta di ciò che è nuovo. È possibile vivere in questo mondo, con tutta la sua agitazione, ansia e insicurezza, senza lo sforzo? Questo è uno dei nostri problemi, non è così? Per me è una domanda molto importante, perché la creatività è qualcosa che viene in essere solo quando la mente è in uno stato di non sforzo. Non uso la parola creatività nell'accezione normale di scrittura creativa, recitazione creativa, pensiero creativo e tutto il resto; la uso in senso completamente diverso. Quando la mente è in uno stato in cui il passato, assieme alla coltivazione della virtù attraverso la disciplina, è completamente finito, solo allora può esserci creatività senza tempo, che possiamo chiamare Dio, verità o quello che preferite. Dunque, come può la mente essere in questo stato di continua creatività? Quando avete un problema, che cosa accade? Ci pensate e ripensate, ci sguazzate dentro, ve ne preoccupate, impazzite, vi infervorate; e più lo analizzate, più scavate, più lo affinate, più vi preoccupate e meno lo capite. Ma nel momento in cui lo mettete da parte, ecco la comprensione: tutta la cosa diventa improvvisamente chiara. Credo che molti di noi abbiano fatto questa esperienza. La mente non è più in uno stato di confusione, di conflitto, e quindi è capace di ricevere, di percepire qualcosa di totalmente nuovo. È possibile per la mente essere in uno stato che non è mai ripetitivo, sperimentando continuamente ciò che è nuovo? Penso che questo dipenda dalla nostra comprensione del problema della coltivazione della virtù. Coltiviamo la virtù, ci autodiscipliniamo per conformarci a un particolare modello di moralità. Perché? Non solo per essere socialmente rispettabili, ma anche perché vediamo la necessità di fare ordine, di controllare la nostra mente, la nostra parola e il nostro pensiero. Vediamo la straordinaria importanza di tutto ciò, ma nel processo della coltivazione della virtù

creiamo memoria, memoria che è il 'me', il sé, l'ego. Questo è il nostro background, soprattutto per le persone che pensano di essere religiose: il background della continua pratica di una certa disciplina, dell'appartenere a un gruppo o a una corrente, le cosiddette istituzioni religiose. La ricompensa che promettono può riferirsi a un altro luogo, all'altro mondo, ma è comunque una ricompensa; e perseguendo la virtù, il che significa affinare, disciplinare e controllare la mente, sviluppano e alimentano la memoria della coscienza di sé; perciò non sono nemmeno per un istante libere dal passato. Se vi siete realmente disciplinati, se vi siete sforzati di non essere invidiosi, di non cedere alla rabbia, e così via, mi chiedo se avete notato che questa stessa pratica, questo stesso disciplinare la mente, lascia una serie di ricordi del conosciuto. Stiamo trattando un problema piuttosto difficile e spero di riuscire a essere chiaro. L'intero processo del dire: "Non devo fare questa certa cosa" crea, costruisce il tempo, e una mente intrappolata nel tempo non può ovviamente fare esperienza di ciò che è senza tempo, di ciò che è sconosciuto. Eppure la mente deve essere in ordine e libera da desideri contraddittori, il che non significa conformarsi, accettare e obbedire. Se siete davvero sinceri, nel senso in cui uso questa parola, questo problema deve necessariamente presentarsi. La vostra mente è il prodotto del conosciuto. La vostra mente è il conosciuto; è modellata dai ricordi, dalle impressioni e dalle reazioni del conosciuto. Ma una mente che rimane nell'ambito del conosciuto non può comprendere o sperimentare lo sconosciuto, che non è all'interno del tempo. La mente è creativa solo quando è libera dal conosciuto. Allora può usare il conosciuto, cioè una tecnica. Sono chiaro o sono stato scuro? [Risate] Siamo così annoiati di leggere, acquisire, imparare, andare in chiesa e celebrare riti, e non sperimentare mai un momento originale, primevo, innocente, completamente libero da tutte le impressioni; ma proprio questo momento è creativo,

senza tempo, infinito, o qualunque parola vogliate usare. Senza questa creatività, la vita diventa così insipida, stupida; e tutte le nostre virtù, le nostre conoscenze, gli obiettivi, i piaceri, i credi e le tradizioni, hanno davvero poco senso. Come ho detto l'altro giorno, la società coltiva esclusivamente il conosciuto e noi siamo il prodotto della società. Per scoprire il non conosciuto è essenziale essere liberi dalla società, il che non significa ritirarvi in un monastero e pregare dal mattino alla sera, disciplinandovi all'infinito e uniformandovi a un determinato credo, a un dogma. Questo non libera certo la mente dal conosciuto. La mente è il prodotto del conosciuto; è il risultato del passato, che è l'accumulo del tempo. È possibile per questa mente essere libera dal conosciuto senza sforzo, perché possa scoprire qualcosa di originale? Qualunque sforzo per liberarsi, qualunque ricerca per trovare, sono ancora nell'ambito del conosciuto. Ma Dio, la verità, deve essere qualcosa di mai pensato prima; deve essere una cosa totalmente nuova, mai formulata prima, mai scoperta, mai sperimentata. Come può riuscirci una mente che è il prodotto del conosciuto? Capite il problema? Se il problema è chiaro scoprirete il giusto modo per affrontarlo, che non è un metodo. Ecco perché è così importante scoprire se è possibile essere buoni, nel significato globale della parola, senza cercare di essere buoni, senza sforzarsi di sbarazzarsi dell'invidia, dell'ambizione e della violenza, senza disciplinarsi a smettere di parlare male degli altri: l'intero ammasso di restrizioni che ci imponiamo per essere buoni. Può esservi bontà senza il tentativo di essere buoni? Credo che possa esservi solo se sappiamo ascoltare, se sappiamo essere attenti, in questo momento. C'è bontà solo quando c'è totale attenzione. Vedete la verità che non può esservi bontà attraverso lo sforzo, attraverso la costrizione; vedete semplicemente questa verità. Ma non potete vedere questa verità se non prestate completa attenzione a quello che viene detto. Dimenticate tutti i libri che avete letto, le

cose che vi sono state dette, e date totale attenzione all'affermazione che non può esservi virtù finché c'è sforzo per essere virtuosi. Finché cerco di essere non violento, c'è violenza; finché cerco di non essere invidioso, sono invidioso; finché cerco di essere umile, c'è orgoglio. Se vedo questa verità, non teoricamente o verbalmente, che sarebbe un mero ascoltare le parole e accettarle, ma se la vedo in modo semplice e diretto, da ciò nasce la bontà. Ma la difficoltà è la mente che dice: "Come posso conservare questo stato? Posso essere buono mentre sto seduto qui ad ascoltare qualcosa che percepisco come vero, ma appena me ne andrò sarò di nuovo intrappolato nella corrente dell'invidia". Non ha importanza, lo scoprirete da soli. La nostra cultura, la nostra società, si fonda sull'invidia, su varie forme di acquisizione: acquisizione di conoscenze, di esperienze, di possessi e di tutto quello che volete. Essere liberi da tutto questo non richiede sforzo, costrizione, quanto vedere tutte le implicazioni dello sforzo. Una persona che vuole acquisire conoscenze non è in pace, è intrappolata nello sforzo. Solo quando è totalmente priva di sforzo, la mente è in pace. È uno stato straordinario e credo che chiunque possa averlo se dà tutto il suo cuore, tutta la sua attenzione, a questo problema. Una mente che non si affanna, che non cerca di diventare qualcosa, socialmente o spiritualmente, che non è assolutamente niente: solo questa mente può ricevere il nuovo.

Interrogante: Alcuni filosofi affermano che la vita ha scopo e significato, mentre altri sostengono che è assurda e del tutto accidentale. Secondo lei? Lei nega il valore di scopi, obiettivi e ideali; ma, senza di essi, la vita ha significato?

Krishnamurti: Quello che dicono i filosofi ha davvero valore per noi? Alcuni intellettuali affermano che la vita ha senso, significato; secondo altri è assurda e accidentale. Ciascuno a proprio modo, in termini positivi o negativi, entrambi assegnano significato alla vita, non è così? Uno

afferma e l'altro nega, ma essenzialmente è la stessa cosa. Mi sembra abbastanza ovvio. Se insegui un ideale, uno scopo, o ti interroghi sul significato della vita, questa ricerca, questa indagine si fonda sul desiderio di dare significato alla vita, non è così? Non so se riuscite a seguirmi. Supponiamo che la mia vita non abbia un senso e così cerco di dargliene uno. Chiedendomi: "Qual è lo scopo della vita?", la vita assume uno scopo e posso vivere in base a questo scopo. Così invento, immagino uno scopo e leggendo, indagando e cercando lo trovo. Così, do significato alla vita. Così come gli intellettuali, ognuno nel proprio modo, danno significato alla vita negando o affermando che abbia scopo e senso, anche noi diamo significato alla vita attraverso i nostri ideali, attraverso la ricerca di scopo, di Dio, dell'amore, della verità. Il che significa che, se non le diamo un significato, per noi la vita non ha nessun significato. Vivere non è abbastanza e così vogliamo dare un significato alla vita. Non so se lo vedete. Qual è il significato della vita, della vostra e della mia, lasciando da parte i filosofi? Ha un significato o siamo noi a darle un significato attraverso una credenza, come l'intellettuale che diventa cattolico, che diventa questo o quello, e trova finalmente un rifugio? Il suo intelletto ha fatto tutto a pezzi; non sa rimanere solo, da solo, con tutto quello che comporta, e così sviluppa una fede nel cattolicesimo, nel comunismo o in qualunque cosa che lo nutre, e che secondo lui dà significato alla vita. Mi chiedo: perché vogliamo un significato? Come sarebbe vivere senza nessun significato? Capite? La nostra vita è vuota, spogliata, isolata e perciò vogliamo dare un significato alla vita. È possibile essere consapevoli del nostro vuoto, della nostra solitudine, del nostro dolore, di tutte le sofferenze e dei conflitti della nostra vita senza cercare di uscirne, senza dare artificialmente un significato alla vita? Possiamo essere consapevoli di questa cosa straordinaria chiamata vita e che è guadagnarsi da vivere, invidia, ambizione e frustrazione;

essere consapevoli di tutto quanto senza condanna né giustificazione, e andare oltre? A me pare che, finché cerchiamo o diamo un significato alla vita, perdiamo qualcosa di straordinariamente vitale. È come chi vuole scoprire il significato della morte, che la razionalizza e la spiega senza mai fare esperienza della morte. Ma ne parleremo un'altra volta. Non stiamo tutti cercando un motivo alla nostra esistenza? Quando amiamo, abbiamo un motivo per farlo? Oppure l'amore è l'unico stato in cui non c'è nessuna motivazione, spiegazioni, sforzi o tentativi di essere qualcosa? Forse non conosciamo questo stato. Non conoscendolo, cerchiamo di immaginare, di dare un significato alla vita; ma, poiché la nostra mente è condizionata, limitata e meschina, anche il significato che diamo alla vita, ai nostri dèi, ai nostri rituali e ai nostri sforzi è altrettanto meschino. Non è quindi importante scoprire da noi quale significato diamo alla vita, se gliene diamo qualcuno? Scopi, obiettivi, maestri, dèi, credenze e strumenti attraverso cui cerchiamo appagamento sono tutte invenzioni della mente, sono tutti il prodotto del nostro condizionamento. Non è importante capirlo per liberare la mente dal condizionamento? Quando la mente non è più condizionata, e non dà quindi significato alla vita, la vita è qualcosa di straordinario, qualcosa di completamente diverso dalla struttura della mente. Ma prima dobbiamo conoscere i nostri condizionamenti, non è vero? Ed è possibile conoscere i nostri condizionamenti, le nostre limitazioni, il nostro background, senza forzare, senza analizzare, senza cercare di sublimare o di reprimere? L'intero processo implica l'entità che osserva e che si separa dall'osservato, non è così? Finché c'è osservatore e osservato, il condizionamento deve perpetuarsi. Per quanto l'osservatore, il pensatore, il censore tenti di liberarsi dal condizionamento, continua a essere intrappolato nel condizionamento, perché la divisione stessa tra il pensatore e il pensato, lo

sperimentatore e l'esperienza, è la perpetuazione del condizionamento; ed è estremamente difficile far scomparire questa divisione, perché include l'intero problema della volontà. La nostra cultura è fondata sulla volontà: volontà di essere, di diventare, di ottenimento, di appagamento. Quindi, in ognuno di noi c'è sempre l'entità che cerca di cambiare, controllare, modificare ciò che osserva. Ma c'è differenza tra osservato e osservatore, o sono un'unica cosa? Questa è una cosa che non può essere semplicemente accettata; va indagata ed esaminata con enorme pazienza, gentilezza e cautela, in modo che la mente non sia più separata da ciò che pensa, in modo che osservatore e osservato siano psicologicamente una cosa sola. Finché sono psicologicamente separato da ciò che percepisco dentro di me come invidia, cercherò di vincerla. Ma questo 'io', ciò che si sforza di vincere l'invidia, è diverso dall'invidia? Oppure sono un'unica cosa e l"io' si è separato dall'invidia per vincerla, perché sente che l'invidia è dolorosa, e per vari altri motivi? Ma questa stessa separazione è la causa dell'invidia. Forse non siete abituati a questo modo di pensare e forse è un pò troppo astratto. Una mente invidiosa non può mai essere tranquilla perché paragona continuamente, cerca continuamente di diventare qualcosa che non è; e se si indaga realmente il problema dell'invidia, radicalmente, a fondo, si arriva inevitabilmente a questo punto: l'entità che vuole liberarsi dall'invidia, non è l'invidia stessa? Se si comprende che è l'invidia stessa che vuole liberarsi dall'invidia, la mente è consapevole del sentimento che chiamiamo invidia senza nessun senso di condanna o desiderio di sbarazzarsene. Allora sorge la domanda: c'è una sensazione senza la sua verbalizzazione? La stessa parola invidia implica una condanna, non è vero? Sto dicendo troppe cose in una volta? C'è il sentimento dell'invidia se non do un nome a questo sentimento? Non è nominandolo che lo alimento? Il sentimento e la sua definizione sono praticamente simultanei, vero? Ed è

possibile separarli in modo che vi sia solo un senso di reazione senza definizione? Se indagate a fondo scoprirete che, se non c'è nessuna definizione di quel sentimento, l'invidia cessa completamente; non solo l'invidia che provate perché qualcuno è più bello di voi o possiede un'automobile migliore, e tutte queste stupidaggini; ma la stessa, terribile profondità dell'invidia, la radice dell'invidia. Siamo tutti invidiosi, non c'è nessuno che non sia in qualche modo invidioso. Ma l'invidia non è solo la sua espressione superficiale: è l'intero processo del fare paragoni, che scende molto in profondità e che occupa così tanto la nostra mente. Perciò, per essere completamente liberi dall'invidia non deve esservi un censore, non deve esservi un osservatore dell'invidia che cerca di sbarazzarsi dell'invidia. Esamineremo questo punto un'altra volta.

Interrogante: Essere privi di condanna, giustificazione o paragone significa essere in uno stato più elevato di coscienza. Io non sono in questo stato: come faccio per raggiungerlo?

Krishnamurti: Vedi, questa stessa domanda, 'come faccio per raggiungerlo?', è invidia. [Risate] No, vi prego, fate attenzione. Volete ottenere qualcosa e perciò avete metodi, discipline, religioni, chiese, questa intera sovrastruttura eretta sull'invidia, il paragone, la giustificazione e la condanna. La nostra cultura è fondata su questa divisione gerarchica tra coloro che hanno di più e che hanno di meno, tra coloro che sanno e che non sanno, tra gli ignoranti e quelli che sono colmi di saggezza; quindi il nostro approccio al problema è completamente sbagliato. L'interrogante dice: "Essere privi di condanna, giustificazione o paragone significa essere in uno stato più elevato di coscienza". È vero? O siamo soltanto inconsapevoli di stare paragonando e condannando? Perché affermiamo che è uno stato più elevato di coscienza e poi, su questa base, creiamo il problema di come ottenerlo e di chi può aiutarci a ottenerlo? Non sarà qualcosa di molto più

semplice? Mi spiego: non siamo affatto consapevoli di noi stessi, non ci accorgiamo che stiamo paragonando e condannando. Se potessimo osservarci giorno per giorno senza giustificare o condannare niente, semplicemente consapevoli di come non pensiamo mai senza giudicare, paragonare e valutare, questa consapevolezza sarebbe sufficiente. Diciamo continuamente: "Questo libro è peggiore di quello" o "Questa persona è migliore di quella", e così via. C'è questo continuo processo di raffronto e pensiamo di poter comprendere attraverso il raffronto. Ma comprendiamo davvero? Oppure la comprensione nasce soltanto quando non facciamo paragoni, ma prestiamo realmente attenzione? C'è raffronto quando osservate attentamente qualcosa? Se siete totalmente attenti non avete tempo per paragonare, non è vero? Nel momento stesso in cui paragonate, la vostra attenzione si è spostata su qualcos'altro. Se dite: "Questo tramonto non è bello come quello di ieri", non state guardando realmente il tramonto, la vostra mente è andata al ricordo di ieri. Ma se guardate il tramonto totalmente, completamente, con tutta la vostra attenzione, i paragoni cessano, questo è certo. Il problema non è quindi come ottenere qualcosa, ma perché non siamo attenti. È ovvio: non siamo attenti perché non siamo interessati. Non dite: "Come faccio a essere interessato?". È irrilevante, non è questa la domanda. Perché dovreste essere interessati? Se non siete interessati a qualcosa che viene detto, perché preoccuparvi? Ma ve ne preoccupate perché la vostra vita è piena di invidia, di sofferenza, e perciò volete trovare una risposta, volete trovare un significato. Se volete trovare un significato, prestate una vostra totale attenzione. La difficoltà è che non affrontiamo niente seriamente, nella vera accezione della parola. Quando prestate totale attenzione a una cosa, non state cercando di ricavarne qualcosa, non è così? In quel momento di totale attenzione non c'è nessuna entità che cerca di cambiare, di modificare, di diventare qualcosa; non

c'è nessun 'io'. Nel momento dell'attenzione il sé, il 'me', è assente, ed è questo momento di attenzione che è bontà, che è amore.

Quarto discorso a Oak Grove 14 agosto 1955

"Se vogliamo comprendere il problema del dolore e forse mettervi fine, non possiamo pensare in termini di progresso; perché una persona che pensa in termini di progresso, di tempo, dicendo che sarà felice domani, sta vivendo nel dolore". "Il miglioramento di sé è un progresso nel dolore, non la cessazione del dolore".

Una delle cose più difficili da capire è, a mio parere, il problema del cambiamento. Vediamo che c'è progresso sotto varie forme, la cosiddetta evoluzione, ma nel progresso c'è un vero cambiamento? Non so se questo problema vi abbia già colpito o se vi abbiate mai riflettuto, ma forse è utile indagare questa domanda stamattina. Vediamo che c'è progresso nel senso superficiale della parola: nuove invenzioni, automobili migliori, aerei migliori, frigoriferi migliori, la pace superficiale di una società progressista, e così via. Ma questo progresso induce un cambiamento radicale nell'uomo, in voi e in me? Superficialmente cambia il nostro modo di vivere, ma può trasformare radicalmente il nostro pensiero? Come può avvenire questa trasformazione radicale? Ritengo sia un problema degno di essere preso in considerazione. C'è il progresso del miglioramento di sé: domani potrò essere migliore, più amorevole, più generoso, meno invidioso, meno ambizioso. Ma il miglioramento di sé porta un completo cambiamento nel pensiero? Oppure non c'è nessun cambiamento, ma soltanto progresso? Il progresso implica il tempo, non è vero? Oggi sono questo e domani sarò qualcosa di migliore. Nel miglioramento di sé, come nel diniego di sé o nell'autosacrificio, c'è un progresso, una gradualità di movimento in direzione di una vita migliore, il

che significa adattarsi superficialmente all'ambiente, uniformarsi a un modello migliorato, condizionarsi in modo più nobile, e così via. Vediamo questo processo continuamente in atto. Ma vi sarete chiesti, come ho fatto io, se il progresso porti con sé una rivoluzione radicale. Per me, la cosa importante non è il progresso, bensì la rivoluzione. Vi prego, non spaventatevi alla parola rivoluzione, come molti fanno in questa società così progressista. A me sembra che, se non comprendiamo l'enorme necessità di produrre non solo un miglioramento sociale, ma un cambiamento radicale nella nostra visione, il semplice progresso sarà un progresso nel dolore; forse potrà portare a una certa pacificazione, a una certa diminuzione del dolore, ma non alla cessazione del dolore, che continuerà a rimanere latente. In fondo, progresso nel senso di migliorare in un certo periodo di tempo è in realtà il processo del sé, del 'me', dell'ego. Nell'automiglioramento c'è ovviamente progresso, indotto dallo sforzo di essere buoni, di essere più questo o meno quello, e così via. Così come ci sono migliorie nei frigoriferi e negli aerei, c'è anche miglioramento nel sé; ma questo miglioramento, questo progresso, non libera la mente dal dolore. Se vogliamo comprendere il problema del dolore e forse mettervi fine, non possiamo pensare in termini di progresso; perché una persona che pensa in termini di progresso, di tempo, dicendo che sarà felice domani, sta vivendo nel dolore. Per comprendere questo problema occorre esaminare l'intera questione della coscienza, non è vero? È un argomento troppo difficile? Continuiamo e vedremo. Se voglio comprendere realmente il dolore e la fine del dolore, devo scoprire non solo quali sono le implicazioni del progresso, ma anche che cos'è l'entità che vuole migliorarsi, e devo anche capire il motivo per cui cerca di migliorarsi. Tutto questo è la coscienza. C'è la coscienza superficiale delle attività quotidiane: il lavoro, la famiglia, il continuo adeguamento all'ambiente sociale, che sia riuscito, facile o

contraddittorio, in modo nevrotico. C'è poi il livello più profondo della coscienza che corrisponde all'enorme eredità sociale dell'uomo nel corso dei secoli: la volontà di esistere, la volontà di trasformare, la volontà di divenire. Se voglio indurre una rivoluzione radicale in me stesso, devo certamente comprendere questo progresso totale della coscienza. È evidente che questo progresso non porta una rivoluzione. Non sto parlando di una rivoluzione sociale o economica, che è molto superficiale. Credo che su questo siamo quasi tutti d'accordo. Il rovesciamento di un sistema economico o sociale e la creazione di un altro sistema cambia certamente determinati valori, come nella rivoluzione russa e altre rivoluzioni della storia. Ma io sto parlando di una rivoluzione psicologica, che è l'unica rivoluzione, e una persona religiosa deve essere in questo stato di rivoluzione, come esaminerò adesso. Per affrontare il problema del progresso e della rivoluzione deve esserci una consapevolezza, una comprensione del processo totale della coscienza. Capite? Finché non comprenderò realmente che cos'è la coscienza, i semplici aggiustamenti superficiali, benché possano avere un valore sociale e offrire forse un modo migliore di vivere, più cibo, meno fame in Asia, meno guerre, non potranno risolvere il problema del dolore. Senza comprendere, risolvere e superare la spinta che produce dolore, il semplice aggiustamento sociale non è che la continuità del seme latente del dolore. Quindi devo comprendere che cos'è la coscienza, non secondo una filosofia, una psicologia o una descrizione, ma sperimentando direttamente lo stato presente della mia coscienza, il suo intero contenuto. Forse, questa mattina, voi e io possiamo fare questa esperienza. Vi descriverò che cos'è la coscienza ma, mentre la descrivo, non seguite la descrizione; osservate invece il processo del vostro pensiero e scoprirete da soli che cos'è la coscienza, senza leggere le esposizioni contraddittorie dei vari esperti. Capite? Sto descrivendo una cosa. Se ascoltate meramente

la descrizione, avrà scarso significato; ma se, attraverso la descrizione, sperimentate la vostra coscienza, il vostro processo del pensiero, allora acquista un significato enorme; adesso, non domani, non un giorno o l'altro, quando avrete tempo per pensarci, che è un assoluto non senso perché è una semplice procrastinazione. Se, attraverso la descrizione, riuscite a sperimentare lo stato effettivo della vostra coscienza mentre siete seduti qui in silenzio, scoprirete che la mente è capace di liberarsi dall'immensa eredità del condizionamento, dagli accumuli e dai precetti della società, che è capace di andare al di là della coscienza dell'io. Fare questo esperimento ne vale la pena. Stiamo cercando di scoprire da soli che cos'è la coscienza e se sia possibile per la mente liberarsi dal dolore; non cambiare il modello del dolore, non abbellire la prigione del dolore, ma essere completamente libera dal seme, dalla radice del dolore. Indagando questo problema vedremo la differenza tra il progresso e la rivoluzione psicologica, essenziale perché ci sia libertà dal dolore. Non stiamo cercando di cambiare il comportamento della nostra coscienza, non stiamo cercando di fare qualcosa al proposito, stiamo semplicemente osservando. Se siamo un minimo capaci di osservare, vagamente consapevoli di qualcosa, vedremo solo le attività della coscienza superficiale. Vediamo che la mente è attiva alla sua superficie, occupata con il conformismo, il lavoro, il guadagnarci la vita, l'espressione di determinate tendenze, doni, talenti o con l'acquisizione di determinate conoscenze tecniche. La maggior parte di noi si accontenta di vivere a questo livello superficiale. Vi prego di non limitarvi a seguire quello che dico, ma di osservare voi stessi, il vostro modo di pensare. Sto descrivendo ciò che avviene alla superficie nella nostra vita quotidiana: distrazioni, fughe, occasionali cadute nella paura, adeguamenti alla moglie, al marito, alla famiglia, alla società, alla tradizione, e così via. La maggior parte di noi è soddisfatta di questa

superficialità. Possiamo andare oltre e vedere i motivi di questo adeguamento superficiale? Anche qui, se siete un minimo consapevoli dell'intero processo, vedrete che questo adeguamento alle opinioni, ai valori, questa accettazione dell'autorità, e così via, è motivato dall'autoperpetuazione, dall'autoprotezione. Se andate ancora più a fondo, scoprirete la presenza di questa potente corrente sotterranea di istinti razziali, nazionali e di gruppo; tutto l'accumulo formato dalle lotte dell'umanità, dalle conoscenze, gli sforzi, i dogmi e le tradizioni, induista, buddhista o cristiana, i residui della cosiddetta educazione nel corso dei secoli; e tutto ciò ha condizionato la mente a un certo modello ereditato. Se andate ancora più a fondo, trovate il desiderio primario di esistere, di riuscire, di diventare, che si esprime alla superficie in varie forme di attività sociali, e crea ansie e paure profondamente radicate. In breve, tutto questo è la nostra coscienza. In altre parole, il nostro pensiero si fonda su questa spinta primaria a essere, a diventare, sulla quale si sono innestati i vari strati della tradizione, della cultura, dell'educazione e il condizionamento superficiale di una certa società; tutto ciò ci costringe a uniformarci a un modello adatto alla sopravvivenza. Vi sono molti altri dettagli e sottigliezze, ma in essenza questa è la nostra coscienza. Ora, qualunque progresso all'interno di questa coscienza è un miglioramento di sé, ma il miglioramento di sé è un progresso nel dolore, non la cessazione del dolore. Se lo osservate è evidente. E se la mente è assillata dalla liberazione dal dolore, che cosa farà? Non so se avete riflettuto su questo problema, ma vi prego di rifletterci adesso. Noi soffriamo, non è vero? Soffriamo non solo di malattie e infermità fisiche, ma anche di solitudine, della povertà del nostro essere; soffriamo perché non siamo amati. Se amiamo qualcuno e non abbiamo il suo amore in cambio, c'è sofferenza. In qualunque direzione, pensare è essere pieni di dolore; perciò sembra meglio non pensare, e

allora accettiamo una credenza e ristagniamo in questa credenza, che chiamiamo religione. Ora, se la mente vede che non c'è estinzione del dolore attraverso il miglioramento di sé, attraverso il progresso, il che sembra assolutamente ovvio, che cosa può fare? Può la mente andare al di là di questa coscienza, al di là di questi vari impulsi e desideri contraddittori? E questo andare al di là, è un fatto di tempo? Vi prego di seguirmi, non solo le mie parole, ma nella realtà. È un fatto di tempo, perciò torniamo un'altra volta al progresso. Lo vedete? All'interno della struttura della coscienza, qualunque movimento in qualunque direzione è automiglioramento e quindi perpetuazione del dolore. Il dolore può venire controllato, disciplinato, soggiogato, razionalizzato e super raffinato, ma la sua potenziale qualità dolorosa è ancora lì. Per essere liberi dal dolore deve esserci libertà da questa potenzialità, dal seme dell''io', del sé, dall'intero processo del divenire. Per andare al di là, deve esserci la cessazione di questo processo. Ma se chiedete: "Come fare per superarlo?", questo 'come' diventa metodo, pratica, e quindi di nuovo progresso; così non c'è nessun andare oltre, ma solo un raffinamento della coscienza nella sofferenza. Spero che lo comprendiate. La mente pensa in termini di progresso, di miglioramento, di tempo. È possibile per tale mente, vedendo che il cosiddetto progresso è progresso nel dolore, mettervi fine, non nel tempo, non domani, ma immediatamente? Altrimenti ricadete di nuovo nell'intera routine, nella vecchia ruota della sofferenza. Se questo problema viene posto chiaramente e compreso chiaramente, troverete la risposta assoluta. Uso assoluto nella sua accezione propria. Non c'è un'altra risposta. La coscienza lotta continuamente per adattare, modificare, cambiare, assorbire, rifiutare, valutare, condannare o giustificare; ma tutti questi movimenti della coscienza sono sempre all'interno del modello del dolore. Qualunque movimento all'interno di questa coscienza, che sia un sogno

o un atto di volontà, è il movimento del sé; e qualunque movimento del sé, verso la cosa più elevata o verso la cosa più mondana, crea sofferenza. Quando la mente lo vede, che cosa accade alla mente? Capite la domanda? Quando la mente vede la verità di tutto ciò, non solo a parole ma in modo totale, c'è ancora un problema? C'è un problema se vedo un serpente a sonagli e so che è velenoso? Allo stesso modo, se do la mia totale attenzione al processo della sofferenza, la mente non è già al di là della sofferenza? Vi prego, seguitemi. La nostra mente è occupata con il dolore e con il tentativo di evitarlo, di vincerlo, di ridurlo, modificarlo, raffinarlo e fuggirlo in vari modi. Ma se vedo, non solo superficialmente ma totalmente, che questa stessa occupazione della mente con il dolore è il movimento del sé che crea il dolore, se ne vedo realmente la verità, la mente non è già andata oltre quella che chiamiamo coscienza di sé? In altre parole, la nostra società si basa sull'invidia, sull'acquisizione; non solo qui in America, ma anche in Europa, in Asia; e noi siamo il prodotto di questa società che esiste da secoli, da millenni. Ora seguitemi, vi prego. Capisco di essere invidioso. Posso affinare la cosa, posso controllarla, disciplinarla, sostituirla con attività filantropiche, riforme sociali, e così via; ma l'invidia è sempre lì, latente, pronta a riemergere. Quindi, come può la mente essere completamente libera dall'invidia? L'invidia crea inevitabilmente conflitto, l'invidia è uno stato in cui non c'è creatività, e una persona che vuole scoprire che cos'è la creatività deve ovviamente essere libera da qualunque invidia, da qualunque forma di paragone, dalle spinte a essere, a diventare. L'invidia è un sentimento che identifichiamo attraverso una parola. Identifichiamo il sentimento dandogli un nome, attribuendogli la parola invidia. Procederò lentamente e vi prego di seguirmi, perché descriverò la nostra coscienza. C'è un sentimento e gli do un nome, lo chiamo invidia. La stessa parola invidia è accusatoria; contiene significati sociali, morali e spirituali

che appartengono alla tradizione in cui sono stato allevato; quindi, attraverso l'uso stesso di questa parola ho condannato quel sentimento e questo processo di condanna è automiglioramento. Condannando l'invidia progredisco nella direzione opposta, la non invidia, ma questo movimento parte sempre da un centro che è invidioso. Può la mente smettere di denominare? Quando c'è un sentimento di gelosia, di lussuria o di ambizione, può la mente, che è stata educata alle parole, alle definizioni e alla condanna, mettere fine all'intero processo del denominare? Fate la prova e vedrete l'enorme difficoltà di non denominare una sensazione. Sensazione e denominazione sono praticamente simultanee. Ma, se non avviene il denominare, c'è ancora la sensazione? Un sentimento persiste se non ha un nome? Mi seguite o è troppo astratto? Non dovete essere d'accordo o in disaccordo con me; non è la mia vita, è la vostra. Tutto questo problema del denominare un sentimento, di applicargli una definizione, fa parte del problema della coscienza. Prendete la parola amore. Come piace subito alla vostra mente questa parola! È così piena di significato, bellezza, piacere e tutto il resto. Ma la parola odio suscita immediatamente un'altra reazione; è qualcosa da evitare, di cui liberarsi, da rifuggire, e così via. Le parole hanno uno straordinario effetto psicologico sulla mente, che ne siamo consapevoli o no. Può la mente essere libera da tutta questa verbalizzazione? Se lo può (e deve poterlo fare, altrimenti non può andare oltre) sorge il problema: c'è uno sperimentatore separato dall'esperienza? Se c'è uno sperimentatore separato dall'esperienza, la mente è condizionata perché lo sperimentatore non fa che accumulare o rifiutare continuamente esperienze, traducendo ogni esperienza nei termini delle sue preferenze e avversioni personali, nei termini del suo background, del suo condizionamento. Se ha una visione, pensa che sia Gesù Cristo, un maestro o Dio sa chi altro,

qualche stupida insensatezza. Quindi, finché c'è uno sperimentatore c'è progresso nella sofferenza, e questo è il processo della coscienza di sé. Andare al di là di tutto ciò, trascenderlo, richiede un'enorme attenzione. Questa attenzione totale, in cui non c'è scelta, in cui non c'è nessun senso di divenire, cambiare o alterare, libera completamente la mente dal processo della coscienza di sé. A quel punto non c'è nessuno sperimentatore che accumula esperienze e solo allora possiamo davvero dire che la mente è libera dal dolore. È l'accumulare la causa del dolore. Non moriamo ogni giorno a tutto; non moriamo alle innumerevoli tradizioni, alla famiglia, alle nostre esperienze, al desiderio di fare del male a un altro. Dobbiamo morire attimo per attimo a tutto questo, a questa immensa memoria accumulata; solo così la mente è libera dal sé, che è l'entità che accumula. Forse, discutendone assieme, possiamo chiarire meglio quanto è stato detto.

Interrogante: Che cos'è l'inconscio, ed è condizionato? Se è condizionato, come facciamo a liberarci dal condizionamento?

Krishnamurti: In primo luogo la coscienza, la coscienza di veglia, non è forse condizionata? Vi è chiaro il significato del termine condizionato? Venite educati in un certo modo. In questo paese venite condizionati a essere americani, qualunque cosa significhi; venite educati allo stile di vita americano. In Russia, le persone vengono educate allo stile di vita russo. In Italia, i cattolici educano i figli a pensare in un certo modo, che è un'altra forma di condizionamento. In India, in Asia, nei paesi buddhisti, si viene condizionati in altri modi. In tutto il mondo avviene questo processo deliberato di condizionamento della mente attraverso l'educazione, l'ambiente sociale, la paura, il lavoro e la famiglia. Insomma, attraverso gli innumerevoli modi di influenzare la mente superficiale, la coscienza di veglia. Poi c'è l'inconscio, lo strato della mente al di sotto di quello superficiale, e l'interrogante vuole sapere se è condizionato.

Non è forse condizionato, condizionato da tutte le idee della razza, dalle motivazioni nascoste, dai desideri, dalle reazioni istintuali di una particolare cultura? Io dovrei essere un induista, nato in India, educato all'estero e tutto quanto. Finché non scendo nell'inconscio e non lo comprendo, rimango un induista con tutte le sue risposte superstiziose braminiche, simboliche, culturali e religiose. È tutto lì, latente, pronto a risvegliarsi in qualunque momento; e dà indicazioni, suggerimenti attraverso i sogni, nei momenti in cui la mente conscia non è pienamente occupata. Quindi, anche l'inconscio è condizionato. È dunque abbastanza ovvio, se indagate, che l'intera coscienza è condizionata. Non c'è una parte di voi, nessun sé superiore, che non sia condizionato. Il vostro stesso pensiero è il prodotto della memoria, conscia o inconscia; quindi è il risultato del condizionamento. Pensate da comunista, da socialista, da capitalista, da americano, induista, cattolico, protestante, o da quello che volete, perché siete stati condizionati in quel modo. Siete condizionati a credere in Dio, se ci credete, e il comunista a non crederci; ride di voi e dice: "Tu sei condizionato"; ma è condizionato anche lui, gli è stato insegnato a non credere dalla sua società, dal partito a cui appartiene, dal manifesto del suo partito. Siamo tutti condizionati, ma non ci chiediamo mai: "È possibile essere totalmente liberi dal condizionamento?". Tutto ciò che conosciamo è un processo di affinamento all'interno del condizionamento, che è affinamento nel dolore. Se vedo tutto ciò, non solo teoricamente ma con attenzione totale, non c'è conflitto. Capite che cosa intendo? Se vi dedicate a qualcosa con tutto il vostro essere, se mettete tutta la vostra mente nella comprensione di qualcosa, non c'è conflitto. Il conflitto sorge solo quando siete parzialmente interessati e parzialmente rivolti a qualcos'altro. Per risolvere questo conflitto vi concentrate, cosa che non è attenzione. Nell'attenzione non c'è divisione, non c'è distrazione; quindi

non c'è sforzo, non c'è conflitto, e solo attraverso questa attenzione può esserci conoscenza di sé, che non è accumulazione. Vi prego di seguirmi. La conoscenza di sé non è qualcosa che si accumula; va scoperta momento per momento, quindi è uno scoprire privo di accumulazione, privo di un referente. Se accumulate autoconoscenza, qualunque ulteriore comprensione sarà dettata dall'accumulazione e perciò non è comprensione. La mente può andare al di là del condizionamento solo nella consapevolezza in cui c'è totale attenzione. In questa totale attenzione non c'è nessun modificatore, nessun censore, nessuna entità che dice: "Devo cambiare", il che significa che c'è totale cessazione dello sperimentatore. Non c'è uno sperimentatore che accumula. Vi prego di capirlo, perché è davvero importante. Quando facciamo esperienza di qualcosa di piacevole, un tramonto, l'ultima foglia che danza su un albero, il chiaro di luna sull'acqua, un sorriso, una visione o quello che preferite, la mente vuole immediatamente afferrarlo, trattenerlo, adorarlo, il che significa che vuole la ripetizione dell'esperienza; ma, dove c'è la spinta a ripetere, c'è necessariamente dolore. È possibile essere in uno stato di esperienza senza sperimentatore? Capite? Può la mente sperimentare bellezza, bruttezza, o quello che volete, senza un'entità che dice: "Io ho fatto questa esperienza"? Ciò che è la verità, Dio, l'incommensurabile, non può venire sperimentato finché c'è uno sperimentatore. Lo sperimentatore è l'entità che riconosce; se riconosco la verità, significa che l'ho già sperimentata, la conosco già; quindi, non è verità. Questa è la bellezza della verità: rimane eternamente sconosciuta, e una mente che è il prodotto del conosciuto non può mai coglierla.

Interrogante: Ha detto che tutti i nostri impulsi sono essenzialmente la stessa cosa. Intende che l'impulso a cercare Dio non è diverso dall'impulso verso il sesso o a perdersi nell'alcol?

Krishnamurti: Gli impulsi non sono uguali, ma sono tutti impulsi. Tu puoi sentire l'impulso verso Dio e io l'impulso a ubriacarmi; ma entrambi siamo incalzati, costretti; tu in una direzione e io in un'altra. La tua direzione è rispettabile, la mia no. Anzi, sono un antisociale. Ma l'eremita, il monaco, la cosiddetta persona religiosa la cui mente è occupata con la virtù, con Dio, è essenzialmente identica a quella la cui mente è occupata con i soldi, il sesso o l'alcol, perché sono entrambi menti occupate. Capite? Il primo ha un valore sociale; mentre l'altro, la cui mente è occupata con l'alcol, è un disadattato sociale. Perciò stiamo giudicando da un punto di vista sociale, non è così? Chi si ritira in monastero e prega dal mattino alla sera, facendo un pò di giardinaggio durante la giornata, la cui mente è occupata con Dio, con l'autopunizione, l'autodisciplina e l'autocontrollo, viene considerato un santo, un uomo straordinario. Al contrario, di una persona che insegue il denaro, che specula in borsa ed è continuamente occupata con il fare soldi, dite: "È una persona ordinaria come tutti noi". Ma entrambi sono occupati. Secondo me, non è importante con che cosa è occupata la mente. Una persona la cui mente è occupata con Dio non troverà mai Dio, perché Dio non è qualcosa con cui essere occupati: è lo sconosciuto, l'incommensurabile. Non potete essere occupati con Dio. È un modo di pensare a Dio che ha davvero poco valore. L'importante non è ciò con cui la mente è occupata, ma il fatto dell'essere occupata; che si tratti di che cosa cucinare, dei figli, dei divertimenti, di che cosa mangerete, della virtù o di Dio. Ma la mente deve essere occupata? Mi seguite? Può una mente occupata vedere qualcosa di nuovo, qualcosa al di là della sua occupazione? Che cosa accade alla mente se non è occupata? Capite? C'è una mente se non c'è occupazione? Lo scienziato è occupato con i suoi problemi tecnici, con la sua meccanica, con la sua matematica, e sua moglie è occupata con la cucina o con il bambino. Abbiamo così

paura di non essere occupati, paura delle sue implicazioni sociali. Una persona che non è occupata potrebbe scoprire se stessa così com'è, perciò l'occupazione diventa una fuga da ciò che si è. Allora, la mente deve essere occupata all'infinito? È possibile non avere nessuna occupazione della mente? Vi sto ponendo una domanda senza darvi una risposta, perché dovete scoprirla da voi; e, quando l'avrete scoperta, vedrete accadere una cosa straordinaria. È molto interessante scoprire da soli i modi in cui la vostra mente è occupata. Un pittore è occupato con la sua arte, la fama, i suoi progressi, la mescolanza dei colori, il nome, la notorietà; un uomo di conoscenza è occupato con la sua conoscenza e una persona che persegue la conoscenza di sé è occupata con la conoscenza di sé, cercando come una formichina di essere consapevole di ogni pensiero, di ogni movimento. Queste persone sono tutte uguali. Solo la mente che è completamente non occupata, completamente vuota, solo questa mente può ricevere qualcosa di nuovo, qualcosa in cui non c'è occupazione. Ma il nuovo non può manifestarsi finché la mente è occupata.

Interrogante: Ha detto che una mente occupata non può ricevere la verità, Dio. Ma come posso guadagnarmi da vivere se non sono occupato con il mio lavoro? Lei non è occupato con questi discorsi, che sono il suo modo specifico di guadagnarsi da vivere?

Krishnamurti: Dio non voglia che sia occupato con i miei discorsi! No, non lo sono. E non è il mio modo di guadagnarmi da vivere. Se fossi occupato, non vi sarebbe intervallo tra i pensieri, non vi sarebbe quel silenzio che è essenziale per vedere qualcosa di nuovo. Allora, parlare diventerebbe terribilmente noioso. Non voglio farmi annoiare dai miei stessi discorsi, perciò non parlo in base alla memoria. È qualcosa di completamente diverso. Ma ne parleremo un'altra volta. L'interrogante chiede come farebbe a guadagnarsi da vivere se non fosse occupato con il suo lavoro. Voi siete occupati con il vostro lavoro?

Ascoltate, vi prego. Se siete occupati con il vostro lavoro, non amate il vostro lavoro. Capite la differenza? Se amo quello che faccio non sono occupato con esso, il mio lavoro non è separato da me. Ma noi siamo stati educati in questo paese e purtroppo sta diventando normale in tutto il mondo acquisire capacità in un lavoro che non ci piace. Possono esserci alcuni scienziati, alcuni tecnici, alcuni ingegneri che amano davvero quello che fanno, nell'accezione più vera della parola, come spiegherò tra poco. Ma la maggior parte di noi non ama quello che fa e per questo siamo occupati con il guadagnarci da vivere. Penso che vi sia una differenza tra le due cose, se indaghiamo a fondo. Come posso amare quello che faccio se sono sempre spinto dall'ambizione, se attraverso il mio lavoro cerco di raggiungere un obiettivo, di diventare qualcuno, di avere successo? Un artista che è preoccupato per il nome, la fama, i paragoni, che insegue soltanto la propria ambizione, ha smesso di essere un artista; è un tecnico come qualunque altro. Il che significa realmente che amare qualcosa deve essere la totale cessazione di qualunque ambizione, di qualunque desiderio di riconoscimento da parte della società, che comunque è una società marcia. [Risate] Vi prego, non ridete. Ma noi non siamo stati educati in questo modo, non siamo stati preparati per questo; dobbiamo girare nel solco che la società o la famiglia ha preparato per noi. Dato che i miei antenati sono stati medici, avvocati o ingegneri, devo diventare anch'io un medico, un avvocato o un ingegnere. E oggi devono esserci sempre più ingegneri, perché è questo che chiede la società. Così abbiamo perduto l'amore per la cosa in sé, se mai l'abbiamo avuto, fatto di cui dubito. Quando amo una cosa, non c'è occupazione con essa. La mente non congiura per ottenere qualcosa, non cerca di essere migliore di qualcun altro; tutti i paragoni, la competizione, il desiderio di successo e di appagamento, finiscono completamente. Solo la mente ambiziosa è occupata. Allo stesso modo, una mente occupata con Dio,

con la verità, non la troverà mai; perché ciò con cui è occupata, lo conosce già. Se conoscete già l'inconoscibile, ciò che conoscete è il risultato del passato, quindi non è l'incommensurabile. La realtà non è misurabile, quindi non c'è occupazione con essa. C'è solo il silenzio della mente, un vuoto in cui non c'è movimento. Solo allora lo sconosciuto può venire in essere.

Quinto discorso a Oak Grove 20 agosto 1955

"Le culture creano le religioni, ma non la persona religiosa. La persona religiosa viene in essere solo quando la mente rigetta la cultura, che è il background, ed è quindi libera di scoprire ciò che è vero... Una tale persona non è più americana, inglese o induista, ma un essere umano; non appartiene a nessun gruppo, razza o cultura, ed è quindi libera di scoprire che cos'è vero, che cos'è Dio. Nessuna cultura aiuta l'uomo a trovare ciò che è vero. Le culture creano soltanto organizzazioni che legano l'uomo".

Uno dei gravi problemi su cui molti di noi devono avere riflettuto è il completo controllo della mente, perché vediamo che senza un profondo, equilibrato e razionale controllo della mente non c'è conservazione dell'energia, così essenziale per fare qualunque cosa, soprattutto in ciò che concerne la cosiddetta ricerca: ricerca della verità, della realtà, di Dio o comunque volete chiamarla. Siamo consapevoli, suppongo, che questa stabilità della mente è necessaria per penetrare i problemi fondamentali, che una mente superficiale non arriva a toccare. Ma la difficoltà sta nel come controllare la mente, non è vero? Molte discipline, gruppi religiosi e comunità monastiche hanno sempre insistito sull'assoluto controllo della mente; perciò oggi vorrei discutere se una cosa del genere sia possibile e come questa assoluta stabilità della mente possa venire in essere. Uso il termine assoluto nella sua accezione corretta, ovvero il controllo totale e completo della mente. Come ho appena

detto, questa stabilità è essenziale perché in questo stato non c'è conflitto, non c'è dissipazione né distrazione di qualunque tipo; porta quindi una grandissima energia e una tale mente, totalmente ferma, è capace di una profonda e radicale penetrazione nella realtà. Ora, per quanto possa controllarsi, dominarsi e disciplinarsi, una mente meschina potrà mai essere salda? In genere la nostra mente è ristretta, limitata, piena di pregiudizi, meschina, e una mente meschina è continuamente occupata con cose superficiali: il lavoro, le dispute, i risentimenti, la coltivazione della virtù, i tentativi di capire, i pettegolezzi, la propria evoluzione e i propri problemi. Può questa mente, per quanto si controlli e si disciplini, diventare così libera da essere salda? Infatti, è ovvio che, senza libertà, la mente non può essere salda. Una mente che insegue il successo, un risultato, che insegue qualcosa che non può avere, è fondamentalmente ristretta, condizionata, limitata e resa meschina da questo stesso sforzo; e, per quanto tenti di diventare salda attraverso l'autocontrollo, può questa mente avere l'energia indispensabile che viene da una profonda e fondamentale saldezza o non farà che creare altre limitazioni, ulteriore meschinità? Spero di essere riuscito a esporre chiaramente il problema. Se la mia mente è nazionalista; limitata da innumerevoli convinzioni, superstizioni e paure; intrappolata nell'invidia, nel risentimento e nella violenza delle parole, delle azioni e dei pensieri; per quanto tenti di pensare a qualcosa al di là di se stessa, è sempre limitata. Quindi, il problema è spezzare questa meschinità della mente, non è così? Questo è uno dei punti fondamentali e, se ci è chiaro, possiamo passare a scoprire che cosa significa avere il completo controllo della mente. Per trovare la verità, Dio, o qualunque nome vogliate usare, occorre ovviamente un'energia immensa e alla ricerca di questa energia facciamo ogni tipo di cose prive di senso. Ci chiudiamo in monastero, diventiamo maniacali riguardo al cibo o tentiamo di controllare le

passioni, le brame, nella speranza di incanalare l'energia per poter trovare qualcosa al di là della mente. È quello che quasi tutti ci sforziamo di fare in modi diversi. Tentiamo di controllare i pensieri e i desideri, di coltivare la virtù, di vigilare sulle nostre parole, sulle nostre azioni, e cosi via, o per essere cittadini buoni e rispettabili, o sperando di incanalare tutta questa straordinaria vitalità del desiderio nella scoperta di qualcosa che è al di là; ma non potremo scoprirlo, per quanto ci sforziamo, finché non avremo visto la meschinità della mente. Se una mente meschina cerca Dio, il suo Dio sarà altrettanto meschino, è ovvio; la sua virtù sarà la mera rispettabilità. È possibile infrangere questa meschinità? È chiara la domanda? Bene, allora continuiamo. La nostra mente è meschina, invidiosa, avida e piena di paure, che lo ammettiamo o no. Ora, che cosa rende la mente meschina? La mente è sicuramente ristretta, limitata, superficiale e meschina finché è avida. Può rinunciare alle cose mondane ma diventare avida riguardo alla conoscenza, alla saggezza; e continua a essere meschina perché nel tentativo di acquisire sviluppa la volontà di ottenere, di conseguire, e questa stessa volontà di ottenere costituisce la sua meschinità. A questo punto vorrei dire qualcosa sull'attenzione. L'attenzione è molto importante, ma è completamente diversa dalla concentrazione o dall'assorbimento in qualcosa. Un bambino è tutto assorto in un giocattolo; il giocattolo lo attrae e lui dà la sua mente al giocattolo. Accade così, non è vero? L'oggetto attira la mente, assorbe la mente, oppure è la mente che assorbe l'oggetto. Se siete interessati a qualcosa, l'oggetto del vostro interesse è così allettante che vi assorbe; se invece vi concentrate deliberatamente su qualcosa, che è un'altra forma di assorbimento, siete voi ad assorbire l'oggetto; non è così? Ma io sto parlando di qualcosa di completamente diverso. Sto parlando di un'attenzione in cui non c'è assolutamente nessun oggetto, nessuno sforzo né conflitto, un'attenzione in cui non siete

assorbiti e non cercate di concentrarvi su una cosa. Ascoltando quello che viene detto qui, vi sforzate di capire; il vostro ascolto ha un oggetto, e quindi c'è sforzo e tensione; non è un'attenzione rilassata. Questo è un fatto, no? Ma, se volete ascoltare qualcosa, non deve esserci sforzo né tensione, nessun oggetto che attiri la vostra attenzione e che vi assorba, altrimenti siete soltanto ipnotizzati da quello che viene detto, dalla personalità di chi parla e da tutte queste sciocchezze. Se osservate da vicino questo processo di assorbimento, vedrete che in esso c'è sempre un conflitto, un senso di tensione, di sforzo per ottenere qualcosa; al contrario, nell'attenzione non c'è nessun oggetto preciso: semplicemente ascoltate come se sentiste una musica lontana o le note di una canzone. In questo stato siete rilassati, attenti; non c'è tensione. Quindi, se posso suggerirlo, provate semplicemente ad essere attenti mentre ascoltate quello che viene detto qui. Ciò di cui parlo può essere difficile e in qualche modo nuovo, e quindi abbastanza disturbante; ma, se ascoltate con questa attenzione rilassata, la vostra mente non sarà agitata, benché possiate venire disturbati in altro modo, il che forse è un bene. Sto parlando di qualcosa che è essenziale capire. Sto dicendo che la mente deve essere completamente salda. Ma non può esserci questa stabilità se la mente tenta di rendersi salda; perché la mente, l'agente dello sforzo, è per sua stessa natura meschina. La mente può essere colma di sapere enciclopedico, può essere capace di conversazioni brillanti e conoscere molte tecniche, ma rimane essenzialmente meschina finché si fonda sul senso dell'acquisizione e quindi sulla coltivazione della volontà; in altre parole finché c'è un 'io', l'entità che acquisisce, che fa sforzi, che prende e rifiuta. Questa mente può pensare a Dio, può disciplinarsi, tentare di controllare i suoi diversi desideri per diventare virtuosa, per avere più energia per cercare la verità e così via; ma questa mente è ristretta, limitata: non può mai essere libera e quindi salda. Il nostro

problema è dunque infrangere questa meschinità della mente. È chiaro questo punto? Se è chiaro, che cosa farete? Vedo la necessità di una mente molto salda, profonda e silenziosa, una mente completamente controllata, ma non controllata da un'entità separata che dice: "Devo avere il controllo". Mi seguite? Vedo l'importanza di una mente salda, ma come avviene questa stabilità? Se un'altra parte della mente dice: "Devo avere una mente salda", crea conflitto, controllo e asservimento, non è così? Una parte della mente si impone su un'altra parte e cerca di impedirle di vagare, cerca di controllarla, modellarla, disciplinarla, reprimere varie forme di desiderio. Così, c'è un continuo conflitto. Una mente in conflitto è essenzialmente meschina, perché desidera acquisire qualcosa. Desiderando acquisire una mente salda, vi dite: "Devo controllare la mia mente, devo modellarla, devo gettare via tutti i desideri conflittuali". Ma, finché nel vostro pensiero è in atto questo processo duale, c'è necessariamente conflitto e questo stesso conflitto rivela la meschinità, perché questo conflitto è il risultato del desiderio di ottenere qualcosa. Può quindi la mente annullare, dimenticare l'intero processo acquisitivo, l'acquisizione di una mente salda per trovare Dio o comunque lo chiamate? Mentre ascoltate, riuscite a vedere immediatamente la verità di quello che viene detto? Sto dicendo che deve esserci una completa e assoluta stabilità della mente e che qualunque sforzo per ottenere questo stato indica una mente divisa, una mente che dice: "Per Giove, devo avere questa stabilità, sarà meraviglioso", e insegue questo stato attraverso la disciplina, attraverso il controllo, attraverso varie forme di proibizione, e così via. Ma, se la mente riesce ad ascoltare la verità di queste parole, se vede l'assoluta necessità del controllo totale, scoprirete che non occorrono sforzi per raggiungere questo stato. È troppo difficile? Temo di sì. Vedete, quasi tutti pensiamo in termini di sforzo; c'è sempre un'entità che fa sforzi per raggiungere un risultato e di qui il conflitto.

Ascoltate l'affermazione che la mente deve essere assolutamente salda, controllata, oppure l'avete letta da qualche parte, ci avete riflettuto e dite: "Devo avere questo stato", e lo cercate attraverso il controllo, la disciplina, la meditazione, e così via. In questo processo c'è sforzo, c'è conformarsi, c'è il seguire un modello, un'autorità e tutte le complicazioni che ne derivano. Ora, qualunque sforzo per ottenere un risultato, qualunque desiderio di acquisire uno stato, crea una mente meschina e questa mente non può mai avere la libertà di essere salda. Ma, se vedete con chiarezza questa verità, non è questa l'assoluta stabilità della mente? Capite? In altri termini, vediamo con chiarezza che l'energia è necessaria a qualunque azione. Se volete diventare ricchi dovete dedicarvi la vita, dovete impegnare tutta la vostra energia concentrata. Per scoprire ciò che è al di là delle attività, dei movimenti della mente, cosa che implica una grande profondità di conoscenza di sé, l'energia concentrata è indispensabile. Ora, come viene in essere questa energia concentrata? Vedendone la necessità, diciamo: "Devo controllare i miei scatti d'ira, devo mangiare i cibi giusti, non devo indulgere nel sesso, devo controllare le passioni, la lussuria, i desideri". Come sapete, 'partiamo per la tangente'. Tutte queste cose sono 'tangenti', perché il centro è ancora meschino. Finché la mente pensa nei termini di acquisire qualcosa, di raggiungere un risultato, è ambiziosa; e una mente ambiziosa è per sua natura piccola, superficiale. Questa mente, esattamente come la mente di una persona ambiziosa, ha una certa quantità di energia, ma ciò di cui stiamo parlando esige un'energia molto più profonda, più ampia, illimitata, in cui il sé è completamente assente. Siamo stati condizionati da secoli, in termini religiosi, sociali e morali, a controllare, ad adattare la mente a un particolare modello, a seguire determinati ideali, per conservare l'energia. Può questa mente liberarsi da tutto ciò senza sforzo ed essere immediatamente in quello stato

in cui la mente è totalmente ferma, completamente salda? Allora non vi saranno più distrazioni. La distrazione c'è solo quando volete andare in una certa direzione. Se dite: "Devo pensare a questo e a nient'altro", tutto il resto diventa una distrazione. Ma se siete totalmente attenti, con quell'attenzione in cui non c'è nessun oggetto perché non c'è processo acquisitivo, nessuna coltivazione della volontà di raggiungere un risultato, scoprirete che la mente è straordinariamente salda, interiormente immobile, e solo una mente immobile è libera di scoprire o di lasciare che la realtà venga in essere.

Interrogante: Come si fa ad abbandonare le abitudini?

Krishnamurti: Se riusciamo a capire l'intero processo dell'abitudine, forse saremo in grado di arrestare la formazione delle abitudini. Abbandonare una particolare abitudine è relativamente facile, ma non risolve il problema. Tutti abbiamo varie abitudini di cui siamo consapevoli o inconsapevoli, perciò dobbiamo scoprire se la mente è imprigionata in un'abitudine e perché la mente crea le abitudini. La maggior parte del nostro pensiero non è abitudinario? Sin dall'infanzia ci è stato insegnato a pensare lungo una certa linea, come cristiani, comunisti o induisti, e non osiamo deviare da questa linea perché deviare fa paura. Quindi, il nostro pensiero è fondamentalmente abitudinario, condizionato; la nostra mente gira in solchi prestabiliti, e naturalmente vi sono anche abitudini superficiali che cerchiamo di controllare. Ora, se la mente cessasse totalmente di pensare per abitudini, potremmo affrontare il problema delle abitudini superficiali in modo completamente diverso. Capite? Se indagate, se cercate di scoprire se la vostra mente pensa per abitudini, se siete davvero interessati al problema, allora ad esempio l'abitudine di fumare avrà un significato completamente diverso. Se siete interessati a indagare l'intero processo dell'abitudine, che si trova a livello più profondo, affronterete l'abitudine di fumare in modo

completamente diverso. Se interiormente siete davvero decisi a smettere, non solo di fumare, ma a smettere l'intero processo di pensare per abitudini, non lotterete più contro il gesto automatico di accendervi una sigaretta, e tutto il resto, perché vedete che più lottate contro una particolare abitudine e più le date vita. Se invece siete attenti, totalmente consapevoli dell'abitudine senza lottare contro di essa, vedrete che l'abitudine cesserà con i suoi tempi; così, la mente non è più occupata con quell'abitudine. Non so se mi seguite. Dentro di me vedo con chiarezza che voglio smettere di fumare, ma l'abitudine va avanti da anni. Lotterò contro questa abitudine? Se lotto contro un'abitudine le do vita. Vi prego di comprenderlo. Se lotto contro qualunque cosa, le do vita. Se lotto contro un'idea, do vita a quell'idea; se lotto contro di voi, vi do vita perché possiate lottare contro di me. Devo vedere questo punto con grande chiarezza e posso vederlo con grande chiarezza solo se osservo l'intero problema dell'abitudine, non solo un'abitudine particolare. Allora il mio approccio all'abitudine avviene a un livello completamente diverso. Quindi, la domanda è: perché la mente pensa in termini di abitudine, rapporti abitudinari, idee abitudinarie, credenze abitudinarie, e così via? Perché? Perché, essenzialmente, cerca sicurezza, certezza, continuità; non è così? La mente odia l'incertezza, perciò usa le abitudini come mezzo per sentirsi sicura. Una mente sicura non potrà mai liberarsi dall'abitudine. Può farlo solo la mente completamente priva di sicurezze, il che non significa finire in manicomio o in una clinica psichiatrica. Una mente che non ha sicurezze, che non ha certezze, che indaga e scopre continuamente, che muore a qualunque esperienza, a tutto ciò che ha acquisito, ed è quindi in uno stato di non sapere: solo questa mente può essere libera dall'abitudine. E questa è la forma più alta di pensiero.

Interrogante: È possibile allevare i figli senza condizionarli? E, se sì, in che modo? Se non è possibile, ci

sono un condizionamento buono e un condizionamento cattivo? La prego, risponda alla domanda incondizionatamente. [Risate]

Krishnamurti: "È possibile allevare i figli senza condizionarli?". Credo di no. Vi prego, ascoltate; esploriamo la cosa assieme. Ma prima esaminiamo la seconda domanda: se esistano condizionamenti buoni e condizionamenti cattivi. Di certo c'è un unico condizionamento, non si divide in buono o cattivo. Potreste definire buono il condizionamento a credere all'esistenza di Dio, ma nella Russia comunista direbbero: "Che sciocchezza, questo è un condizionamento cattivo". Quello che per voi è un condizionamento positivo, per altri può essere negativo, è ovvio. Perciò, questo punto è risolto. Quindi, la domanda è: è possibile allevare i figli senza condizionarli, senza influenzarli? Ovviamente, tutto ciò che li tocca li influenza. Il clima, il cibo, le parole, i gesti, le discussioni, le risposte inconsce, gli altri bambini, la società, la scuola, la chiesa, libri, giornali, i film: tutto influenza il bambino. È possibile arrestare questi influssi? Non è possibile. Anche se non volete influenzare, condizionare vostro figlio, inconsciamente lo influenzate, non è così? Avete le vostre convinzioni, i vostri dogmi, le vostre paure, le vostre norme etiche, le vostre intenzioni, le vostre idee su ciò che è bene e ciò che è male; e quindi, consciamente o inconsciamente, modellate vostro figlio. Se non lo fate voi lo fa la scuola, con i suoi testi di storia che dicono quali meravigliosi eroi avete, che gli altri non hanno. E così via. Tutto influenza il bambino; perciò riconosciamo in primo luogo questo fatto, che è un fatto ovvio. Allora, il problema è: possiamo aiutare il bambino a esaminare tutti questi influssi con intelligenza? Capite? Sapendo che il bambino è stato influenzato in tanti modi, a casa e a scuola, potete aiutarlo a esaminare questi influssi, senza rimanere imprigionato in nessuno di essi? Avere davvero l'intenzione di aiutare vostro figlio a esaminare tutti gli influssi è

qualcosa di molto difficile, non è così? Perché significa mettere in dubbio non solo la vostra autorità, ma l'intero problema dell'autorità, del nazionalismo, delle credenze, della guerra, degli eserciti; indagare tutta quanta la faccenda, il che significa coltivare l'intelligenza. Quando c'è questa intelligenza, grazie alla quale la mente non accetta più passivamente l'autorità e non si conforma per paura, ogni influsso viene esaminato e abbandonato; quindi, questa mente non è condizionata. È possibile, vero? E non è compito dell'educazione coltivare l'intelligenza che è capace di esaminare oggettivamente ogni influsso, di indagare il background, quello immediato e quello profondo, affinché la mente non sia intrappolata in nessun condizionamento? Voi siete condizionati dal vostro background; voi siete questo background, costituito dalla vostra eredità cristiana; dalla straordinaria vitalità, energia e progresso dell'America; da innumerevoli influssi, climatici, sociali, religiosi, alimentari, e così via. Potete vedere tutto ciò con questa intelligenza, portarlo alla luce, metterlo sulla tavola ed esaminarlo, senza l'assurdo processo di conservare quello che ritenete buono e gettare via quello che ritenete cattivo? Occorre indubbiamente guardare con oggettività alla cosiddetta cultura. Le culture creano le religioni, ma non la persona religiosa. La persona religiosa viene in essere solo quando la mente rigetta la cultura, che è il background, ed è quindi libera di scoprire ciò che è vero. Ma ciò richiede una straordinaria vigilanza della mente, non è vero? Una tale persona non è più americana, inglese o induista, ma un essere umano; non appartiene a nessun gruppo, razza o cultura, ed è quindi libera di scoprire che cos'è vero, che cos'è Dio. Nessuna cultura aiuta l'uomo a trovare ciò che è vero. Le culture creano soltanto organizzazioni che legano l'uomo. È quindi importante esaminare tutto ciò, non solo il condizionamento conscio, ma soprattutto il condizionamento inconscio della mente. E il condizionamento inconscio non può venire

esaminato superficialmente dalla mente conscia. Solo quando la mente conscia è completamente silenziosa il condizionamento inconscio viene alla luce, non solo in un determinato momento ma sempre: camminando, in autobus o parlando con qualcuno. Quando l'intenzione è quella di scoprire, vedrete che il condizionamento inconscio inizia a emergere e le porte si aprono sulla scoperta.

Interrogante: La prima volta in cui l'ho sentita parlare e ho avuto un colloquio con lei, ne sono rimasto profondamente turbato. Poi ho iniziato a osservare i miei pensieri, senza condannare, paragonare, e così via, ed è iniziato un certo senso di silenzio. Alcune settimane dopo, ho avuto un altro colloquio con lei e ho ricevuto un altro shock, perché mi ha fatto vedere che la mia mente non era affatto sveglia e ho capito che mi stavo compiacendo di quello che avevo raggiunto. Perché la mente si riadagia dopo ogni shock e come si può interrompere questo processo?

Krishnamurti: Socialmente, religiosamente e individualmente, cerchiamo sempre di evitare qualunque forma di cambiamento; non è così? Vogliamo che le cose vadano come al solito, perché la mente odia essere disturbata. Quando ottiene qualcosa, si adagia. Ma la vita è un processo di sfide e di risposte; e, se non c'è risposta adeguata alla sfida, c'è conflitto. Per evitare questo conflitto, ci adagiamo entro solchi confortevoli e così imputridiamo. Questo è un fatto psicologico. La vita è una sfida; tutto nella vita esige una risposta, ma, poiché avete limitazioni, preoccupazioni, condizionamenti, convinzioni e ideali riguardo a ciò che dovete o non dovete fare, non potete rispondere pienamente; di qui il conflitto. Per evitare o superare questo conflitto, vi adagiate e vi occupate di qualcos'altro che vi dà benessere. La mente cerca di continuo uno stato in cui non vi siano disturbi di nessun tipo, stato che potete chiamare pace, Dio o come preferite; ma, essenzialmente, il desiderio è quello di non essere

disturbati. Potete chiamare questo stato di assenza di disturbi pace, ma in realtà è morte. Se invece capite che la mente deve essere in uno stato di continua risposta, e quindi non c'è nessun desiderio di agio, sicurezza, di ormeggio, di ancoraggio, di rifugio in una credenza, nelle idee, nei possessi e tutto il resto, vedrete che non avete bisogno di nessuno shock. Non c'è più questo processo di venire risvegliati da uno shock per poi addormentarvi di nuovo. Ciò solleva un problema molto importante. Pensiamo di aver bisogno di insegnanti, di guru o di leader che ci aiutino a rimanere svegli. Probabilmente è per questo che molti di voi sono qui: volete che un altro vi aiuti a rimanere svegli. Se qualcuno è in grado di aiutarvi a rimanere svegli, vi affidate a questa persona che diventa il vostro insegnante, la vostra guida, il vostro leader. Forse costui può essere sveglio, io non lo so, ma se dipendete da lui state dormendo. [Risate] Vi prego, non prendetela a ridere, perché è quello che tutti facciamo nella vita. Se non è un leader, è un gruppo, una famiglia, un libro o un giradischi. È possibile rimanere svegli senza dipendere da niente: dalle droghe, da un guru, da una disciplina, da un'immagine o da qualunque cosa? Sperimentando potete fare un errore, e dite: "Non importa, rimarrò sveglio". Ma è molto difficile perché dipendete tanto dagli altri. Dovete essere stimolati da un amico, da un libro, da una musica, da un rituale, dall'andare regolarmente a un certo tipo di incontri, e questo stimolo può tenervi temporaneamente svegli, ma può produrre lo stesso effetto un bicchierino. Più dipendete da uno stimolo, più la mente diventa ottusa; e la mente ottusa deve essere guidata, deve seguire, deve avere un'autorità, altrimenti è perduta. Vedendo questo straordinario fenomeno psicologico, non è possibile essere liberi da qualunque dipendenza interiore e da qualunque stimolo per continuare a essere svegli? In altre parole, la mente è capace di non farsi mai intrappolare da un'abitudine? Il che significa dire realmente addio a tutto

quello che avete capito, a tutto quello che avete imparato, addio a tutto ciò che ci portiamo dietro da ieri, in modo che la mente sia sempre nuova, fresca. La mente non è nuova se non è morta a tutte le cose di ieri, a tutte le esperienze, tutte le invidie, i risentimenti, gli amori e le passioni, per essere di nuovo fresca, pronta, sveglia; e quindi capace di attenzione. Solo quando la mente è libera da qualunque senso di dipendenza interiore può trovare l'incommensurabile.

Sesto discorso a Oak Grove 21 agosto 1955
"Se siamo in grado di studiare, osservare noi stessi, iniziamo a scoprire in che modo la memoria cumulativa è in atto in tutto ciò che vediamo; valutiamo continuamente, rifiutiamo o accettiamo, condanniamo o giustifichiamo, e così la nostra esperienza è sempre nell'ambito del conosciuto, del condizionato. Ma, senza la memoria cumulativa come direttiva, la maggior parte di noi si sente perduta, impaurita, e quindi non siamo capaci di osservare noi stessi così come siamo. Quando c'è processo cumulativo, che è coltivazione della memoria, l'osservazione di noi stessi diventa molto superficiale. La memoria è utile per indirizzarci e migliorarci, ma nel miglioramento di sé non può mai esserci una rivoluzione, una trasformazione radicale. Solo quando il senso del miglioramento di sé cessa del tutto, ma non per un atto di volontà, c'è la possibilità che qualcosa di trascendente, qualcosa di completamente nuovo, venga in essere".

È un fatto ovvio che gli esseri umani chiedono qualcosa da adorare. Voi, io e tanti altri desideriamo avere qualcosa di sacro nella nostra vita; andiamo al tempio, alla moschea, in chiesa, oppure abbiamo altri simboli, immagini e idee da adorare. La necessità di adorare qualcosa sembra davvero pressante, perché vogliamo essere trasportati fuori di noi in qualcosa di più grande, di più ampio, di più profondo, di più

permanente; e così cominciamo a inventare maestri, insegnanti, esseri divini in cielo o sulla terra; inventiamo simboli vari: la croce, la mezzaluna, e così via. Oppure, se niente di tutto questo ci soddisfa, speculiamo su ciò che è al di là della mente, considerandolo qualcosa di sacro, qualcosa da venerare. È ciò che accade nella nostra esistenza quotidiana e penso che molti di noi ne siano perfettamente consapevoli. C'è sempre questo sforzo all'interno del territorio del conosciuto, all'interno del campo della mente, della memoria, e sembriamo incapaci di sganciarci per trovare qualcosa di sacro che non è fabbricato dalla mente. Questa mattina, se posso, vorrei esaminare la domanda se vi sia qualcosa di realmente sacro, qualcosa di incommensurabile che la mente non può penetrare. Per farlo, deve esserci ovviamente una rivoluzione nel nostro pensiero, nei nostri valori. Non intendo una rivoluzione economica o sociale, che è qualcosa di molto immaturo; può influenzare superficialmente la nostra vita, ma fondamentalmente non è affatto una rivoluzione. Sto parlando della rivoluzione prodotta dalla conoscenza di sé; non da una conoscenza di sé superficiale, ottenuta attraverso l'esame del pensiero alla superficie della mente, ma attraverso le immense profondità della conoscenza di sé. Una delle nostre maggiori difficoltà è certamente il fatto che tutti i nostri sforzi avvengono entro i confini del riconoscimento. Sembriamo funzionare solo entro i limiti di ciò che siamo capaci di riconoscere, ovvero entro i confini della memoria; ma è possibile per la mente andare al di là di questi confini? La memoria è ovviamente essenziale a un certo livello. Devo conoscere la strada che da qui mi riporta a casa. Se mi fate una domanda su qualcosa che conosco molto bene, la mia risposta è immediata. Vi prego, osservate la vostra mente mentre parlo, perché vorrei indagare questo punto a fondo e, se seguite soltanto la spiegazione verbale senza applicarla immediatamente, la spiegazione non avrà nessun valore. Se

ascoltate e dite: "Ci penserò domani o alla fine di questo incontro", è tutto finito, non ha più valore; ma se date completa attenzione a ciò che viene detto e se siete in grado di applicarlo, il che significa essere consapevoli dei vostri processi intellettuali ed emotivi, vedrete che ciò che dico prende immediatamente significato. Come stavo dicendo, c'è una risposta istantanea a qualunque cosa conosciate intimamente; quando viene posta una domanda familiare rispondete con facilità, la reazione è immediata. Me se vi viene posta una domanda su qualcosa che non conoscete bene, che cosa accade? Iniziate a cercare nel ripostiglio della memoria; tentate di ricordare quello che avete letto o pensato al riguardo, qual è stata la vostra esperienza. Ovvero, vi voltate indietro per cercare determinati ricordi che avete acquisito, perché quella che chiamiamo conoscenza è essenzialmente memoria. Ma se vi viene posta una domanda su qualcosa che non conoscete affatto, qualcosa per cui non avete riferimenti nella memoria, e se siete capaci di rispondere sinceramente di non sapere, allora questo stato di non conoscenza è il primo passo della vera indagine nell'ignoto. Tecnologicamente, siamo evolutissimi, conosciamo alla perfezione le cose meccaniche. Andiamo a scuola e impariamo svariate tecniche, il 'know-how' per assemblare motori, riparare le strade, costruire aerei, e così via, e ciò non è altro che coltivazione della memoria. Con questa stessa mentalità vogliamo trovare qualcosa oltre la mente e così pratichiamo una disciplina, seguiamo un sistema o apparteniamo a qualche stupida organizzazione religiosa; e tutte le organizzazioni di questo tipo sono essenzialmente stupide, per quanto soddisfacenti o gratificanti possano essere temporaneamente. Ora, se possiamo indagare assieme questo punto, e credo che possiamo farlo se gli prestiamo attenzione, vorrei scoprire se la mente è capace di mettere da parte tutti i ricordi legati alle tecniche, tutta la ricerca di ciò che è nascosto nell'ambito del conosciuto. Quando

cerchiamo è questo che facciamo, non è vero? Cerchiamo nell'ambito del conosciuto ciò che ci è ignoto. Che cerchiamo la felicità, la pace, Dio, l'amore, o quello che volete, è sempre nell'ambito del conosciuto, perché la memoria ci ha già dato un accenno, un suggerimento, e noi le diamo fiducia. Perciò la nostra ricerca è sempre nell'ambito del conosciuto. Anche nel campo della scienza, solo quando la mente cessa completamente di cercare nel conosciuto può venire in essere qualcosa di nuovo. Ma la fine della ricerca nel conosciuto non è una decisione, non si produce attraverso un atto di volontà. Dire: "Non cercherò più nel conosciuto, ma sarò aperto all'ignoto" è profondamente infantile, è privo di senso. Allora la mente inventa, specula e sperimenta qualcosa che è una completa assurdità. La libertà della mente dal conosciuto può avvenire soltanto attraverso la conoscenza di sé, attraverso la rivoluzione che viene in essere quando comprendete giorno dopo giorno il significato del sé. Non potete comprendere il significato del sé se c'è l'accumulo della memoria che vi guida a comprendere il sé. Capite? Vedete, pensiamo di conoscere le cose accumulando conoscenza, paragonando. Ma non è così che si comprende. Se paragonate una cosa a un'altra cosa, vi perdete nel paragonare. Potete comprendere qualcosa solo quando le date totale attenzione, perché qualunque forma di paragone o di valutazione è una distrazione. La conoscenza di sé non è quindi cumulativa e penso sia molto importante capirlo. Se la conoscenza di sé è cumulativa, diventa meramente meccanica. È simile alle conoscenze di un medico che ha imparato una tecnica e si specializza per sempre in una certa parte del corpo. Un chirurgo può essere un eccellente meccanico nella sua specializzazione, perché ha imparato la tecnica, ha le conoscenze e le capacità, e l'esperienza cumulativa lo aiuta. Ma noi non stiamo parlando di questa esperienza cumulativa. Al contrario, qualunque forma di conoscenza cumulativa

impedisce ulteriori scoperte; poi, quando scopriamo, forse possiamo usare la tecnica cumulativa. Ciò che sto dicendo è molto semplice. Se siamo in grado di studiare, osservare noi stessi, iniziamo a scoprire in che modo la memoria cumulativa è in atto in tutto ciò che vediamo; valutiamo continuamente, rifiutiamo o accettiamo, condanniamo o giustifichiamo, e così la nostra esperienza è sempre nell'ambito del conosciuto, del condizionato. Ma, senza la memoria cumulativa come direttiva, la maggior parte di noi si sente perduta, impaurita, e quindi non siamo capaci di osservare noi stessi così come siamo. Quando c'è processo cumulativo, che è coltivazione della memoria, l'osservazione di noi stessi diventa molto superficiale. La memoria è utile per indirizzarci e migliorarci, ma nel miglioramento di sé non può mai esserci una rivoluzione, una trasformazione radicale. Solo quando il senso del miglioramento di sé cessa del tutto, ma non per un atto di volontà, c'è la possibilità che qualcosa di trascendente, qualcosa di completamente nuovo, venga in essere. A mio parere, finché non avremo compreso il processo del pensiero, il semplice intelletto, l'attività mentale, hanno ben poco valore. Che cos'è il pensiero? Vi prego, mentre vi parlo osservate voi stessi. Che cos'è il pensiero? Il pensiero è la risposta della memoria, non è vero? Vi chiedo dove abitate e la vostra risposta è immediata, perché è qualcosa che vi è molto familiare: riconoscete immediatamente la vostra casa, il nome della via e tutto il resto. Questa è una forma di pensiero. Se vi faccio una domanda un pò più complicata, la vostra mente esita; in questa esitazione fruga nell'ampia collezione di ricordi, nella registrazione del passato, alla ricerca della risposta giusta. Questa è un'altra forma di pensiero, non è così? Se vi faccio una domanda ancora più complicata, la vostra mente è disorientata, infastidita; e, poiché non ama il turbamento, cerca in vari modi di trovare una risposta; e questa è un'altra forma di pensiero. Spero che mi stiate seguendo. Se vi faccio una domanda su qualcosa di grande

e profondo, ad esempio se sapete che cos'è la verità, che cos'è Dio o l'amore, la vostra mente va alla ricerca delle affermazioni di altri che pensate abbiano sperimentato queste cose, e le citate, le ripetete. Se poi vi fanno notare l'inutilità di ripetere quello che dicono gli altri, di dipendere dalle affermazioni di altri, che potrebbero essere prive di senso, risponderete certamente: "Non lo so". Se riuscite ad arrivare realmente allo stato in cui dite: "Non so", è uno stato straordinario di umiltà; non c'è l'arroganza di conoscere, non c'è una risposta presuntuosa per fare impressione. Se potete dire realmente: "Non so", cosa che pochissimi sono capaci di fare, in questo stato tutte le paure cessano perché qualunque senso di riconoscimento, di ricerca nella memoria, è giunto a fine; non c'è più indagine nell'ambito del conosciuto. Allora avviene la cosa straordinaria. Se avete seguito fin qui le mie parole, non solo verbalmente, ma facendone l'esperienza diretta, avrete scoperto che, dicendo 'non so', tutto il condizionamento si è fermato. Qual è allora lo stato della mente? Capite di che cosa sto parlando? Sono riuscito a essere chiaro? Credo sia importante che diate a questo punto un pò di attenzione, se volete. Siamo alla ricerca di qualcosa di permanente, permanente in senso temporale; qualcosa che dura, che è eterno. Vediamo che tutto ciò che ci riguarda è transitorio, scorre, nasce, appassisce e muore; e la nostra ricerca è sempre rivolta a trovare qualcosa di durevole nell'ambito del conosciuto. Ma ciò che è davvero sacro è al di là del tempo, non si può trovarlo entro i confini del conosciuto. Il conosciuto opera solo attraverso il pensiero, che è la risposta della memoria alla sfida. Se vedo tutto questo, e se voglio scoprire come mettere fine al pensiero, che cosa devo fare? Devo ovviamente, attraverso la conoscenza di me, essere consapevole dell'intero processo del mio pensiero. Devo vedere che qualunque pensiero, per quanto sottile ed elevato, oppure stupido e ignobile, ha le radici nel conosciuto, nella memoria. Se lo vedo con chiarezza,

quando è messa di fronte a un problema enorme, la mente può dire: "Non so", perché non ha una risposta. Allora tutte le risposte del Buddha, del Cristo, dei maestri, degli insegnanti e dei guru non hanno senso; perché, se avessero un senso, sarebbe il senso prodotto dalla collezione di ricordi che sono il mio condizionamento. Se vedo realmente la verità di tutto ciò e accantono realmente tutte le risposte, cosa che posso fare solo quando c'è questa immensa umiltà della non conoscenza, qual è lo stato della mente? Qual è lo stato della mente che dice: "Non so se Dio esiste, se l'amore esiste"; ovvero, quando non c'è nessuna risposta della memoria? Vi prego di non rispondere immediatamente a questa domanda perché, se lo fate, la vostra risposta sarà semplicemente il riconoscimento di quello che pensate debba o non debba essere. Se dite: "È uno stato di negazione", lo state paragonando a qualcosa che conoscete già; quindi non è più lo stato in cui dite: "Non so". Sto esaminando questo problema ad alta voce perché possiate seguirmi attraverso l'osservazione della vostra mente. Lo stato in cui la mente dice: "Non so", non è una negazione. La mente ha smesso completamente di cercare, ha cessato di fare qualunque movimento, perché vede che qualunque movimento dal conosciuto verso ciò che chiama l'ignoto è soltanto una proiezione del conosciuto. Per questo, la mente che è capace di dire: "Non so" è nell'unico stato in cui può avvenire qualunque scoperta. Ma la persona che dice: "Io so", la persona che ha studiato all'infinito la varietà dell'esperienza umana e la cui mente è appesantita dalle informazioni, da una conoscenza enciclopedica, può sperimentare qualcosa che non sia accumulato? Scoprirà che è estremamente difficile. Quando la mente accantona completamente tutta la conoscenza acquisita, quando per essa non ci sono più Buddha, Gesù, maestri, religioni o citazioni; quando la mente è completamente sola, incontaminata, il che significa che il movimento del conosciuto è giunto a fine, solo allora c'è la possibilità di

un'enorme rivoluzione, di un cambiamento radicale. Questo cambiamento è ovviamente necessario, e solo quei pochi, voi e io o x, che hanno prodotto in se stessi questa rivoluzione, sono in grado di creare un mondo nuovo. Non gli idealisti, non gli intellettuali, non le persone dotate di immense conoscenze o che fanno opere buone. Non sono questi, perché sono tutti riformatori. La persona religiosa è quella che non appartiene a nessuna religione, a nessuna nazione, a nessuna razza, che è interiormente sola, in uno stato di non sapere, e per questa persona viene in essere la beatitudine del sacro.

Interrogante: La funzione della mente è quella di pensare. Ho passato lunghi anni a pensare alle cose che conosciamo, l'economia, la scienza, la filosofia, la psicologia, l'arte eccetera, e ora penso molto a Dio. Studiando le opere dei mistici e degli autori religiosi, mi sono convinto dell'esistenza di Dio e contribuisco a questo argomento con le mie riflessioni. Che cosa c'è di sbagliato? Pensare a Dio non contribuisce a conoscere Dio?

Krishnamurti: Puoi davvero pensare a Dio? Puoi convincerti dell'esistenza di Dio perché l'hai letta nei libri? Anche l'ateo ha i suoi libri e probabilmente ha studiato quanto te, e sostiene che Dio non esiste. Tu credi che Dio esista e lui crede che non esista; entrambi avete una convinzione, entrambi dedicate del tempo a pensare a Dio. Ma, prima di pensare a qualcosa che non conosciamo, dobbiamo scoprire che cos'è il pensiero, non è vero? Come possiamo pensare a qualcosa che non conosciamo? Puoi avere letto la Bibbia, la Bhagavad Gita o altri libri in cui studiosi molto eruditi hanno descritto Dio con grande abilità, affermando questo e negando quello; ma finché non avrai conosciuto il processo del tuo stesso pensiero, ciò che pensi di Dio potrebbe essere stupido e meschino, e generalmente è così. Puoi raccogliere tutte le prove che vuoi sull'esistenza di Dio e scrivere articoli brillanti, ma la prima domanda è senza dubbio: come puoi sapere che

quello che pensi è vero? E il pensiero può indurre l'esperienza di ciò che è inconoscibile? Il che non significa dover accettare emotivamente, sentimentalmente, qualche idiozia riguardo a Dio. Non è quindi più importante scoprire se la tua mente è condizionata, invece di cercare ciò che è incondizionato? Se la tua mente è condizionata, come indubbiamente è, per quanto possa indagare la realtà di Dio può solo raccogliere conoscenza, informazioni, in dipendenza dal proprio condizionamento. Perciò il tuo pensare a Dio è un assoluto spreco di tempo, una speculazione priva di valore. È come se, stando seduto qui tra questi alberi, volessi trovarmi sulla cima di quella montagna: se voglio davvero scoprire che cosa c'è sulla cima della montagna e oltre, devo andarci. Non serve a niente rimanere qui a speculare, edificare templi o chiese ed esaltarmi. Quello che devo fare è alzarmi in piedi, mettermi in cammino, lottare, darmi da fare, arrivare e scoprire. Ma la maggior parte di noi non vuole farlo, si accontenta di rimanere seduta qui a speculare su qualcosa che non conosce. Questa speculazione è un impedimento, un deterioramento della mente. Non ha alcun valore; porta soltanto più confusione, più sofferenza agli uomini. Quindi, Dio è qualcosa di cui non si può parlare, che non si può descrivere, non si può esprimere a parole, perché deve rimanere per sempre l'ignoto. Nel momento in cui avviene il processo del riconoscimento, siamo di nuovo nell'ambito della memoria. Capite? Supponiamo che abbiate una momentanea esperienza di qualcosa di straordinario. In quel preciso momento non c'è un pensatore che dice: "Devo ricordare questa esperienza"; c'è solo lo stato del fare esperienza. Ma, quando quel momento è finito, interviene il processo del riconoscimento. Vi prego di seguirmi. La mente dice: "Ho fatto un'esperienza meravigliosa e vorrei rifarla di nuovo"; così inizia la lotta per 'fare di nuovo'. L'istinto acquisitivo, la ricerca possessiva del 'di nuovo' viene in essere per vari motivi: perché vi dà piacere,

prestigio, conoscenza; perché diventate un'autorità e tutte queste stupidaggini. La mente insegue ciò che ha sperimentato, ma ciò che ha sperimentato è già finito, morto, svanito; perciò, per scoprire ciò che è, la mente deve morire a tutto ciò che ha sperimentato. Non è qualcosa che si può coltivare giorno dopo giorno, che si può ammassare, accumulare, trattenere per poi parlarne e scriverne. Tutto ciò che possiamo fare è vedere che la mente è condizionata e, attraverso la conoscenza di sé, comprendere il processo del nostro stesso pensiero. Devo conoscere me stesso, non come mi piacerebbe essere idealisticamente, ma come sono davvero, brutto o bello, geloso, invidioso o avido. Ma è molto difficile vedere come si è senza il desiderio di cambiarlo e questo stesso desiderio di cambiare è un'altra forma di condizionamento. Così procediamo passando da un condizionamento all'altro, senza fare mai esperienza di qualcosa al di là del limitato.

Interrogante: Sono molti anni che vengo ad ascoltarla e sono diventato abbastanza capace di osservare i miei pensieri e di essere consapevole di tutto quello che faccio, ma non ho mai toccato le acque profonde né sperimentato la trasformazione di cui lei parla. Perché?

Krishnamurti: Credo sia abbastanza chiaro perché non facciamo esperienza di qualcosa al di là della semplice osservazione. Possono esservi rari momenti di un certo stato emotivo in cui, per così dire, vediamo la purezza del cielo tra le nuvole, ma io non intendo niente del genere. Qualunque esperienza di questo tipo è temporanea e ha scarso significato. L'interrogante vuole sapere perché, dopo tanti anni di osservazione, non ha ancora trovato le acque profonde. Perché dovrebbe trovarle? Capite? Pensate che, osservando i vostri pensieri, otterrete una ricompensa: se faccio questo, otterrò quello. Non state realmente osservando, perché la vostra mente è interessata alla ricompensa. Pensate che osservando, essendo consapevoli, sarete più amorevoli, soffrirete di meno, diventerete meno

irritabili, otterrete qualcosa che va al di là. Perciò, la vostra osservazione è un processo acquisitivo. Con questa moneta volete comprare quella cosa, il che significa che la vostra osservazione è un processo di scelta; quindi non è osservare, non è attenzione. Osservare è guardare senza scelta, vedere noi stessi come siamo realmente, senza nessun movimento del desiderio di cambiare, cosa estremamente difficile. Ma ciò non significa che dovremo rimanere per sempre nello stato attuale. Non sapete che cosa avverrà se vi vedete come siete realmente, senza desiderare di apportare un cambiamento in quello che vedete. Capite? Farò un esempio e lo elaborerò, in modo che possiate capire. Supponiamo che io sia una persona violenta, come siamo quasi tutti. Tutta la nostra cultura è violenta, ma ora non farò l'analisi della violenza, perché non è il punto che stiamo trattando. Sono violento e mi rendo conto di esserlo. Che cosa accade? La reazione immediata è che devo fare qualcosa al riguardo, non è così? Mi dico che devo diventare una persona non violenta. È quello che tutti i leader religiosi ci hanno detto per secoli: se siamo violenti, dobbiamo diventare non violenti. Così seguo una pratica, metto in atto tutta l'ideologia. Ma vedo anche l'assurdità di tutto ciò, perché l'entità che osserva la violenza e vuole trasformarla in non violenza è ancora violenta. Perciò mi interesso, non all'espressione di questa entità, ma all'entità stessa. Spero che mi seguiate. Che cos'è l'entità che dice: "Non devo essere violento"? È diversa dalla violenza che ha osservato? Sono due stati differenti? Capite o è troppo astratto? Ci stiamo avvicinando alla fine di questo discorso e forse siete un pò stanchi. La violenza e l'entità che dice: "Devo trasformare la violenza in non violenza" sono indubbiamente la stessa cosa. Vedere questo fatto, non è mettere fine a qualunque conflitto? Non c'è più il conflitto del tentare di cambiare, perché vedo che il movimento della mente per non essere violenta è di per sé il prodotto della violenza. L'interrogante chiede perché non riesce ad

andare al di là di queste dispute superficiali della mente. Per il semplice motivo che, consciamente o inconsciamente, la mente è sempre alla ricerca di qualcosa e questa stessa ricerca causa violenza, competizione e un senso di profonda insoddisfazione. Solo quando la mente è perfettamente ferma è possibile toccare le acque profonde.

Interrogante: Dopo la morte, rinasciamo su questa terra o andiamo in qualche altro mondo?

Krishnamurti: Questa è una domanda che interessa tutti, vecchi e giovani, non è così? Perciò la esaminerò in profondità e mi auguro che seguiate non solo le parole, ma l'esperienza diretta di ciò di cui discuterò assieme a voi. Tutti sappiamo che la morte esiste, soprattutto i più anziani, ma anche i giovani che la osservano. I giovani dicono: "Aspettiamo che arrivi, e allora la affronteremo". Gli anziani, che sono più vicini alla morte, ricorrono a varie forme di consolazione. Vi prego di seguirmi e di applicare le mie parole a voi stessi, non a qualcun altro. Sapendo che morirete avete delle teorie al proposito, non è vero? Credete in Dio, credete nella resurrezione o nel karma e nella reincarnazione; dite che rinascerete qui o in qualche altro mondo. Oppure razionalizzate la morte dicendo che è inevitabile. La morte arriva per tutti; un albero si secca, va a nutrire la terra e nasce un altro albero. Oppure siete troppo occupati con le vostre preoccupazioni quotidiane, le ansie, le gelosie, le invidie, la competizione e la ricchezza, per pensare alla morte. Ma è presente nella vostra mente; consciamente o inconsciamente, è lì. Per prima cosa, potete essere liberi da tutte le credenze, le razionalizzazioni o l'indifferenza che avete coltivato nei confronti della morte? Potete liberarvi di tutto ciò in questo preciso momento? Infatti è importante entrare nella casa della morte da vivi, pienamente coscienti, attivi e in salute, senza aspettare l'arrivo della morte, che potrebbe portarvi via all'improvviso in un incidente o in seguito a una malattia che vi priva lentamente della coscienza. L'arrivo della

morte deve essere un momento straordinario, vitale quanto la vita. Posso, potete, entrare nella casa della morte da vivi? Questo è il problema; non se esista la reincarnazione o un altro mondo in cui rinasceremo, tutte cose immature e infantili. Una persona viva non si chiede: "Che cos'è la vita?", non ha teorie sulla vita. Solo chi è vivo a metà parla dello scopo della vita. Possiamo, voi e io, mentre siamo vivi, coscienti, attivi e nel pieno possesso delle nostre facoltà, quali che siano, conoscere la morte? La morte è diversa dalla vita? Per molti di noi, vivere è la continuazione di ciò che riteniamo permanente. Il nostro nome, la famiglia, i possessi, le cose in cui abbiamo interessi personali, in termini economici o spirituali, le virtù che abbiamo coltivato, le cose che abbiamo acquisito emotivamente; vogliamo che tutto ciò continui. Il momento che chiamiamo morte è un momento di ignoto; perciò ne abbiamo paura e vogliamo una consolazione, un conforto di qualche tipo. Vogliamo sapere se c'è vita dopo la morte e decine di altre cose. Ma sono tutti problemi irrilevanti, problemi per pigri, per chi non vuole scoprire che cos'è la morte mentre sta vivendo. Possiamo scoprirlo insieme, voi e io? Che cos'è la morte? Di certo è la totale cessazione di tutto ciò che conoscete. Se non è la cessazione di tutto ciò che conoscete, non è la morte. Se conoscete già la morte, non avrete niente da temere. Ma conoscete la morte? Mentre state vivendo, potete mettere fine allo sforzo incessante di trovare in ciò che è impermanente qualcosa che continuerà? Potete conoscere l'inconoscibile, quello stato che chiamiamo morte, mentre siete in vita? Potete mettere da parte tutte le descrizioni di ciò che avverrà dopo la morte che avete letto nei libri, o che sono prodotte dal desiderio inconscio di sicurezza, e gustare, sperimentare quello stato, che deve essere straordinario, in questo momento? Se potete farne esperienza ora, vivere e morire sono la stessa cosa. L'io, con tutta la sua istruzione e la sua conoscenza, con le sue innumerevoli esperienze, lotte,

amori e odi, questo 'io' può finire? L''io' è il ricordo registrato di tutto ciò, e questo 'io' può finire? Senza che vi metta fine un incidente o una malattia, possiamo voi e io, mentre siamo seduti qui, conoscere la sua fine? Allora scoprirete che non porrete più stupide domande sulla morte e sulla continuità, sull'esistenza di un altro mondo. Conoscerete da soli la risposta, perché sarà venuto in essere ciò che è inconoscibile. Allora getterete via tutta questa tiritera della reincarnazione e tutte le paure, la paura di vivere e la paura di morire, la paura di invecchiare e di infliggere ad altri il tormento di prendersi cura di voi, la paura della solitudine e della dipendenza; tutto ciò sarà giunto a fine. Non sono solo parole vuote. Solo quando la mente smette di pensare nei termini della propria continuità può venire in essere l'inconoscibile.

Settimo discorso a Oak Grove 27 agosto 1955

"Se scopriamo da dove nasce il senso del dominio, questa scoperta può essere la risposta alla domanda del perché siamo violenti".

Uno dei nostri maggiori problemi è, a mio parere, il problema della violenza e il desiderio di trovare la pace. Penso che non si possa trovare la pace senza comprendere l'intera struttura della violenza. La pace non è l'opposto della violenza, è uno stato completamente diverso; perciò non può essere conosciuto da una mente intrappolata nella violenza. Poiché le nostre vite sono radicate nella violenza e la maggior parte dei nostri pensieri è vincolata dalla violenza, mi sembra molto importante comprendere questo problema, molto complesso e che richiede una grande capacità di indagine; e oggi vorrei appunto esaminarlo. Stranamente, nessuna religione organizzata, salvo forse il buddhismo e l'induismo, ha messo fine alle guerre e a questo inconcepibile antagonismo tra uomo e uomo. Al contrario, alcune cosiddette religioni hanno istigato alle

guerre e sono state responsabili di terribili carneficine. La nostra vita, se la esaminiamo quotidianamente, è piena di violenza; ma perché siamo violenti? Da dove nasce la violenza ed è possibile mettervi fine? A mio parere è possibile giungere alla fine della violenza, arrestarla drasticamente, radicalmente, solo comprendendo da quale fonte proviene la violenza. Vi prego di non limitarvi ad ascoltare la mia descrizione della violenza ma, mentre vi parlo, di osservare il vostro pensiero e, attraverso la descrizione, forse sperimentare direttamente il problema che sta dietro alla parola violenza. Perché siamo violenti, non solo come specie, ma anche come individui? Non so se vi siate mai posti questa domanda. E qual è il nostro approccio alla violenza quando la guardiamo, quando ne siamo consapevoli, quando vi riflettiamo? Ovviamente, molti diranno che non c'è niente da fare; siamo cresciuti in una società che ci condiziona, che ci incoraggia a essere violenti, e così sorvoliamo il problema con facilità e prontezza. Ma vediamo se è possibile andare oltre ed esaminare questo problema per scoprire perché in ognuno di noi c'è questo enorme senso di violenza e se sia possibile mettervi fine, non solo superficialmente ma nel profondo, radicalmente. È ovvio che questa società, questa cultura, si fonda sulla violenza, non solo nel mondo occidentale ma anche in Oriente; la società incoraggia la violenza; tutta la nostra economia, la struttura sociale e religiosa si basa su di essa. Uso la parola violenza non nel senso superficiale di rabbia o animosità, ma includendo l'intero problema dell'acquisizione, della competizione, del desiderio di potere da parte tanto dell'individuo quanto della collettività. È questo desiderio che genera violenza, non è così? Deve esserci violenza finché sono competitivo nei confronti di un altro, finché sono ambizioso, avido; avido non solo in senso materiale di avidità di cose, ma avido nell'accezione più profonda della parola, ovvero essere guidato dall'impulso a diventare qualcosa, a dominare, ad avere sicurezza e una

posizione inattaccabile. Perciò, finché cercheremo il potere in qualunque forma, deve certamente esserci violenza. Vi prego, non dite: "In una cultura fondata sulla violenza, che cosa posso fare io come individuo?". Ritengo sia possibile rispondere a questa domanda se ascoltate quello che viene detto senza chiedere che cosa fare. Fare non è importante. L'azione nasce, ritengo, quando comprendiamo tutto questo complesso problema della violenza. Essere ansiosi di fare qualcosa nei confronti della violenza senza comprendere il desiderio di essere qualcosa, il desiderio di affermarsi, di dominare, di diventare, è davvero molto immaturo. Al contrario, se riusciamo a comprendere l'intero processo della violenza e ne percepiamo la verità, penso che questa stessa percezione indurrà un'azione che non è premeditata e dunque è vera. Non so se mi state seguendo. Tutti vediamo che cosa sta accadendo nel mondo. Gli uomini politici parlano di pace, ma tutto quello che fanno prepara la divisione, l'antagonismo e la guerra. Secondo me è molto importante che quanti di noi considerano seriamente questo problema ne comprendano la verità senza chiedere che cosa fare; perché, se comprendiamo la verità del problema, la percezione stessa della verità indurrà un'azione che non è vostra né mia, e di cui non possiamo prevedere o immaginare tutte le implicazioni. È un fatto ovvio che tutto ciò che facciamo in questo mondo, in campo sociale, economico o religioso, è basato sulla violenza, cioè sul desiderio di potere, di posizione e di prestigio, che comprende ambizione, ottenimento e successo. Gli enormi edifici che costruiamo, le chiese colossali, tutto indica questo senso di potere. Non so se avete notato questi straordinari edifici e quale è stata la vostra reazione. Forse hanno della bellezza, ma per me la bellezza è qualcosa di completamente diverso. Perché ci sia bellezza deve esserci austerità e totale abbandono, e non può esserci abbandono se c'è un senso di ambizione che si esprime come ottenimento. Dove c'è austerità, c'è semplicità; solo la

mente semplice può abbandonare se stessa e da questo abbandono nasce l'amore. Questo stato è bellezza, ma ne siamo completamente inconsapevoli. La nostra civiltà, la nostra cultura, si fonda sull'arroganza, sul senso di ottenimento; e nella società ci prendiamo reciprocamente alla gola, in una violenta competizione per ottenere, per acquisire, per dominare, per diventare qualcuno. Sono fatti psicologici evidenti. Ora, perché c'è questo stato di violenza? E, riconoscendo questo stato, è possibile andare oltre? Se è possibile, credo che potremo penetrare in qualcosa di completamente diverso. Prendiamo ad esempio il desiderio di dominare. Perché vogliamo dominare? Prima di tutto, siamo consapevoli, nei nostri rapporti e nel nostro atteggiamento verso la vita, di questo senso di dominio, di questa volontà di potere, di posizione? Se ne siamo consapevoli, da dove nasce? Capite la mia domanda? Se scopriamo da dove nasce il senso del dominio, questa scoperta può essere la risposta alla domanda del perché siamo violenti. Siamo tutti violenti nel senso che, in modi diversi, tutti vogliamo essere qualcuno; perciò siamo competitivi, ambiziosi, avidi; vogliamo dominare. Questi sono i sintomi esteriori di uno stato interiore, e stiamo cercando di scoprire qual è lo stato interiore che ci spinge a comportarci in questo modo. Siamo davvero consapevoli di questo stato o ci stiamo semplicemente adeguando a un modello morale, essere ideologicamente non violenti e non ambiziosi, ma senza andare realmente alla sorgente, alla radice di ciò che ci spinge a comportarci in questo modo? Se riusciamo a scoprirlo, forse il nostro approccio al problema della violenza sarà completamente diverso. Perciò vi prego di ascoltare quello che viene detto, non con l'atteggiamento: "Oh, tutto qui?", ma trasformandolo in una scoperta di voi stessi. Se, attraverso le mie parole, riuscite a scoprire, a sperimentare direttamente la cosa, l'effetto sarà straordinario. Perché sono violento? Voglio scoprirlo. Vedo che sono violento perché in termini sociali, religiosi, c'è

questa straordinaria spinta a essere qualcosa. Questo è un fatto. Nel mondo degli affari voglio diventare più ricco, più abile, arrivare in cima, e nel cosiddetto mondo spirituale seguo un'autorità che mi aiuterà a diventare qualcosa in quel mondo. Vedo perciò che le mie azioni, i miei pensieri e i miei rapporti sono tutti basati sul dominio, sulla dipendenza. Se dipendo devo seguire un'autorità, il che produce violenza. Voglio comprendere l'intero processo della violenza e non semplicemente adeguarmi a un modello sociale, cosa molto superficiale e di nessun interesse. Voglio scoprire se la mente può essere completamente libera dalla violenza, se l'intero processo può venire sradicato dalla mente. È questo che mi interessa davvero e voglio scoprirlo. Vedo che il semplice adeguarmi a un diverso modello in base a pressioni, richieste e influssi superficiali non risolve il problema. Sostituire una struttura sociale con un'altra, creare una società comunista al posto di una società capitalista, non porta la libertà dal dominio, la libertà dalla violenza. Ne sono consapevole e cerco dentro di me per scoprire la fonte di tutte queste straordinarie pressioni, richieste e obiettivi che producono animosità e violenza. Perché sono violento, competitivo, ambizioso e avido? Perché in me c'è questa continua lotta per essere, per diventare? È evidente che attraverso l'ambizione, attraverso l'avidità e il desiderio di successo, sto fuggendo da qualcosa. Ho paura di qualcosa, perciò faccio tutte queste cose. La paura è uno stato di fuga. Perciò esamino di che cosa ho realmente paura. Non mi interessa la paura del buio, dell'opinione degli altri, di quello che qualcuno può dire o non dire di me, perché sono cose davvero superficiali; sto cercando di scoprire che cos'è che fondamentalmente mi fa paura e che di conseguenza mi spinge a essere ambizioso, competitivo, avido e invidioso, producendo così animosità e tutto il resto. Vi prego di riflettere assieme a me. In primo luogo, credo che siamo molto soli. Sono isolato, interiormente vuoto e questo stato

non mi piace. Ne ho paura; perciò fuggo, scappo da questo stato. Ma questa stessa fuga genera paura e per non sentire questa paura mi getto in vari tipi di attività. In me, in voi, c'è ovviamente questo vuoto da cui la mente cerca di fuggire attraverso l'azione, attraverso l'ambizione, attraverso la spinta a essere qualcuno, ad acquisire più conoscenza: l'intero problema della violenza. Può la mente, senza fuggire, guardare questo vuoto, questo straordinario senso di solitudine, che è l'espressione ultima del sé? Il sé è infatti l'entità, la coscienza di sé, che è vuota quando non fugge. Capite la mia spiegazione? Se non è chiaro, cercherò di esporlo in modo diverso. Il sé, l'ego, l''io' si esprime attraverso l'ambizione, attraverso l'avidità, attraverso l'invidia, la violenza e il tentativo di essere non violento, e così via. Queste sono tutte espressioni del 'me'. Lo comprendo e, andando più a fondo, capisco anche che l'attività stessa del sé nasce da questo enorme senso di vuoto. Non so se avete notato che, se seguite l''io' in tutti i suoi movimenti, arrivate al punto in cui la mente è totalmente consapevole che il sé è del tutto vuoto; ma la mente non ha mai guardato davvero questo vuoto, è sempre scappata, fuggita. Ora, se comprendo che cos'è questo vuoto, forse riuscirò a risolvere il problema della violenza; ma, per comprendere questo vuoto, devo guardarlo e non posso guardarlo finché continuo a scappare. È questa stessa fuga che provoca paura e che scatena l'azione dell'invidia, della competizione, della spietatezza, dell'inimicizia e tutto il resto. Può quindi la mente osservare proprio ciò da cui scappa rifugiandosi nell'azione? Spero di essere chiaro. Non siete consapevoli di essere soli, vuoti? Non stiamo considerando che cosa dovremmo fare al riguardo. È il 'che cosa dovremmo fare al riguardo' che ha prodotto questo mondo stupido e caotico. Sto chiedendo che cosa c'è dietro il desiderio di fare, cosa estremamente difficile da scoprire perché la mente ha sempre evitato questo problema fondamentale. Ma se la mente è

perfettamente consapevole di se stessa in quanto vuota, sola, il che significa scoprire come il sé l'ha portata in questo stato, scoprirete che qualunque azione, qualunque azione priva di questa comprensione, deve produrre violenza in forme diverse. Essere un pacifista o un idealista che è pro-questo e anti-quello non risolve il problema. Chi pratica la non violenza non ha affatto risolto il problema della violenza; sta semplicemente seguendo un ideale, senza aver mai affrontato questo profondo punto fondamentale da cui ogni azione deriva. Vi prego, osservate voi stessi; non seguite semplicemente la mia descrizione. Può la vostra mente essere consapevole di questo vuoto senza fuggire? È perché siete vuoti, soli, che volete un compagno, volete qualcuno da cui dipendere; e questa dipendenza genere autorità, che voi seguirete. Perciò, il semplice fatto di seguire un'autorità è indice di violenza. Può la mente, comprendendo la verità di tutto questo, smettere di fuggire e guardare questo vuoto? Capite che cosa significa guardare? Non potete guardare questo vuoto se ne siete spaventati, se volete evitarlo; potete esserne pienamente consapevoli solo se non c'è nessun senso di condanna. Vi prego, seguitemi con attenzione. Esaminerò apposta lentamente, in modo che la comunicazione e la comprensione vadano assieme. Sono consapevole di essere solo, vuoto, e guardo questo vuoto, ma non posso guardarlo se lo condanno. La stessa condanna è una distrazione dal guardare. Posso guardarlo, posso esserne consapevole, senza dargli un nome? Capite? Se non gli do un nome, l'osservatore che guarda è diverso da ciò che guarda? Solo quando l'osservatore dà un nome c'è divisione, non è così? Mi seguite? Santo cielo, cercherò di dirlo in modo ancora più semplice. Se dico: "Sono arrabbiato", dare un nome a quella sensazione, a quella reazione, crea di per sé una dualità, non è vero? Se invece non le do un nome, io sono quella cosa. Capite? Denomino una sensazione perché la mente è abituata a riconoscere, a etichettare; ma, se la

mente non etichetta, la separazione, la divisione tra osservatore e osservato scompare. In altre parole, quando la denominazione cessa c'è solo uno stato, e in quello stato non c'è un'entità separata che fa qualcosa riguardo allo stato stesso. La mente non è più al lavoro su ciò che vuole comprendere e c'è quindi cessazione dell'attività della mente, che per sua stessa natura è violenta. Vi prego, non è un intellettualismo. Non dite che è troppo enfatico, troppo astratto, troppo assurdo e così via. Sto esaminando, un passo alla volta, la struttura della violenza. La nostra struttura sociale è fondata sulla violenza. Non c'è solo violenza tra le nazioni, ma ci accapigliamo individualmente, siamo competitivi, spietati. Se voglio comprendere l'intero problema, devo comprendere le attività della mente in rapporto a quello che chiamo vuoto; e, nel momento in cui c'è questa comprensione, non voglio più essere qualcosa. Mi seguite? È il desiderio di essere qualcosa che produce inimicizia e violenza. L'idealista che vuole attuare un'utopia perfetta è per sua natura violento. Chi pratica la non violenza è un essere umano violento, perché non ha realmente compreso il problema; lo sta affrontando superficialmente. Quindi comprendo che, finché opera in termini di ambizione o non ambizione, la mente deve creare caos, lotta e sofferenza per se stessa e per gli altri. Ma se la mente, andando più a fondo nel problema, comprende l'intero processo della spinta a essere qualcosa, giunge inevitabilmente al punto in cui vede che sta cercando una via di fuga dal non essere niente, che è uno stato di vuoto. Posso comprendere questo vuoto? Può la mente andarvi dentro, gustarlo, sondarlo? Di certo, la mente non può sperimentare e comprendere quella cosa straordinaria che chiamiamo vuoto, solitudine, finché la condanna in qualunque modo, finché vuole rifiutarla, dominarla o trascenderla. E la mente rifiuterà, dominerà questo stato finché gli darà un nome. Riconoscere, denominare, è il processo stesso della mente. In ultima analisi, non potete

pensare senza simboli, senza idee o senza parole. Ma può la mente cessare di verbalizzare? Può lasciare che questo processo giunga a fine e guardare ciò che chiama vuoto senza dargli un nome o creare un simbolo immaginario? Se riesce a farlo, lo stato che la mente chiamava vuoto è diverso dalla mente stessa? Certamente no. Allora c'è solo uno stato in cui non c'è verbalizzazione, denominazione, e quindi l'intera attività della mente che separa, che è in competizione, che genera antagonismo, è giunta a fine. In questo stato avviene un movimento molto diverso. Non è più violento. C'è una gentilezza che non può essere compresa dalla mente che dice: "Devo essere gentile". Qualunque volizione è cessata totalmente, perché anche la volontà è il prodotto della violenza.

Interrogante: Quello che lei dice sembra molto lontano da noi, molto orientale. Questo insegnamento è applicabile alla nostra civiltà occidentale, fondata sull'efficienza e sul progresso, e che sta migliorando lo standard di vita in tutto il mondo?

Krishnamurti: Pensi che il pensiero sia orientale o occidentale? Le maniere possono essere diverse. In India mangio con le mani, i cinesi mangiano con i bastoncini e qui mangiate in un altro modo ancora. Ma che cosa rende l'atteggiamento mentale dell'Oriente diverso da quello dell'Occidente? C'è una differenza? Se fossi nato in America e dicessi le stesse cose che sto dicendo, diresti che è qualcosa di orientale? Forse lo definiresti mistico, irrealistico o eccentrico. In India, in Giappone o qui, i problemi sono gli stessi. Siamo esseri umani, non asiatici o americani, russi o tedeschi, comunisti o capitalisti. Tutti abbiamo gli stessi problemi umani. Quello che dico è certamente applicabile qui come in India. La violenza è tanto un vostro problema quanto lo è in India. Il problema dei rapporti, dell'amore, della bellezza, il problema di creare uno stato mentale in cui vi sia pace, di creare una società che non sia distruttiva nei confronti di se stessa e

delle altre: è ovviamente questo il problema di ciascuno di noi, che viviamo in Oriente o in Occidente. Qui avete il problema di formare un esercito, che è un segnale di deterioramento di qualunque società, perché un esercito si fonda sull'autorità, sul nazionalismo, sulla difesa; ed è esattamente lo stesso problema in India, in Giappone, in Asia. Questa divisione arbitraria tra pensiero orientale e occidentale non esiste per chi esamina realmente. Una persona condizionata da una visione o una filosofia asiatica, e che vi dice di vivere in base a questo condizionamento, sta ovviamente dividendo il pensiero in orientale e occidentale. Ma noi stiamo parlando di qualcosa di completamente diverso, cioè di liberare la mente da qualunque condizionamento, e non di modellarla in base a una filosofia orientale, il che è davvero infantile. Quello che cerchiamo di fare è esaminare assieme la straordinaria complessità della nostra vita per scoprire se sia possibile osservare con semplicità questi problemi molto complessi; ma non possiamo osservare questi problemi con grande semplicità se prima non comprendiamo noi stessi. Il sé è un essere straordinariamente complesso, con innumerevoli desideri contraddittori. Siamo perennemente in guerra con noi stessi e questo conflitto interiore si riflette nelle azioni esteriori. Comprendere il sé, il conscio quanto l'inconscio, è un compito enorme e si può comprenderlo solo giorno per giorno, momento per momento. È un libro che non ha fine, e quindi non è qualcosa che si possa concludere. Se ascoltiamo ciò che viene detto non come americani, europei o orientali, ma come esseri umani direttamente implicati in questi problemi, assieme creeremo un mondo diverso e allora saremo persone davvero religiose. La religione è la ricerca della verità e per la persona religiosa non esistono nazionalità, paesi o filosofie. Non segue nessuno, perciò è un vero rivoluzionario nel senso più profondo della parola.

Interrogante: La liberazione che sperimentiamo in varie forme di espressione di sé, è un'illusione o è il senso di

appagamento legato alla creatività di cui lei parla?

Krishnamurti: Esiste una cosa come l'appagamento? Ne abbiamo accettato l'esistenza, non è vero? Se sono un pittore, devo sentirmi appagato; se tu sei uno scrittore, devi sentirti appagato. Tutti cerchiamo appagamento in tanti modi: attraverso la famiglia, i figli, il marito o la moglie, i possessi, le idee. Se siete ambiziosi, dovete appagare le vostre ambizioni; altrimenti vi sentite frustrati e nella frustrazione c'è sofferenza. Tutti cerchiamo l'appagamento, ma non ci siamo mai chiesti se esista davvero qualcosa come l'appagamento. Di certo, chi cerca l'appagamento è perseguitato dalla frustrazione. Abbastanza semplice, no? Se cerco continuamente di appagarmi attraverso mio figlio, mia moglie, un'idea o un'attività, dietro c'è sempre lo spettro della frustrazione e della paura. Quindi, se voglio comprendere la paura, la frustrazione, l'angoscia delle complessità psicosomatiche e tutto il resto, devo esaminare l'intera idea dell'appagamento, che è il 'me' che cerca di diventare qualcosa. Ma il 'me' non è forse un'illusione, reale soltanto nel senso di operatività in azione? Per la persona ambiziosa, competitiva, avida e invidiosa, il 'me' non è illusorio; è qualcosa di molto reale. Ma una persona che inizia a esaminare la totalità del problema, che vuole davvero comprendere la pace (non la pace del terrore, la pace dei politici né la pace dell'appagamento per avere ottenuto qualcosa a cui si aspirava da tempo, ma la pace in cui non c'è competizione né lotta per essere qualcosa), questa persona farà l'esperienza di essere totalmente nulla e in questo stato c'è una creatività senza tempo. Quella che chiamiamo creatività è un processo di apprendimento di una tecnica e della sua espressione, ma io sto parlando di qualcosa di completamente diverso, di una mente in cui il sé è del tutto assente.

Interrogante: La creatività di cui parla è limitata alla gioia della redenzione personale o ha il potere di usare le

conoscenze scientifiche proprie e altrui per aiutare l'umanità?

Krishnamurti: Domande di questo tipo (se accade questo, ne consegue quello?) sono poste ovviamente da chi ascolta superficialmente. Come ho già detto, l'azione di una persona che cerca, e per la quale viene in essere la realtà, sarà diversa da quella di chi ha avuto soltanto un barlume di questo stato e cerca di esprimerlo. Tutti abbiamo imparato una qualche tecnica: la pittura, l'ingegneria, la medicina, e così via. Sono ovviamente cose necessarie, ma imparare soltanto la meccanica di una particolare professione non libera la creatività. La realtà creativa (chiamatela Dio, verità o come preferite) viene in essere non attraverso una tecnica, ma solo quando la mente ha compreso se stessa. Sapete quanto sia difficile comprendere se stessi, ma è difficile perché siamo dei dilettanti, non abbiamo un vero interesse. Se invece siete davvero consapevoli, se date tutta la vostra attenzione alla comprensione di voi stessi, troverete un tesoro indistruttibile. Non avete bisogno di leggere nemmeno un libro di filosofia, psicologia, psicoanalisi e tutto il resto, perché voi siete il contenuto globale dell'umanità e, senza conoscere voi stessi, continuerete a creare innumerevoli problemi, infinite sofferenze. Comprendere se stessi non richiede spinte impetuose né conclusioni, ma grande pazienza. Dobbiamo procedere lentamente, millimetro per millimetro, senza saltare nemmeno un passo, il che non significa dover essere sempre svegli. Non potete. Significa invece guardare e lasciar andare quello che avete guardato, lasciarlo e riprenderlo un'altra volta, in modo che la mente non sia un semplice accumulo di ciò che ha imparato, ma sia capace di guardare ogni cosa in modo sempre nuovo. Quando la mente è capace di guardare se stessa e di comprendere se stessa c'è la creatività della realtà, e questa mente può utilizzare la tecnica senza provocare dolore.

Interrogante: Qual è il significato dei sogni e come possiamo interpretarli da soli?

Krishnamurti: Vorrei esaminare questa domanda in modo profondo, e non solo superficialmente, e spero che siate abbastanza interessati da seguirmi passo passo. Tutti sogniamo. Ci sono gli incubi provocati dall'avere mangiato troppo o dall'avere mangiato le cose sbagliate, ma non sto parlando di questi sogni. Parlo dei sogni che hanno un significato psicologico. Vi sono degli stadi successivi, non è vero? Sognate, vi svegliate e cercate di scoprire il significato di quello che avete sognato, lo interpretate. L'interpretazione dipende dalle vostre conoscenze, dal vostro condizionamento, da quello che avete imparato dai vari filosofi, psicologi, e così via. Se interpretate male, le vostre conclusioni saranno sbagliate. Ma possiamo sognare e, mentre sogniamo, l'interpretazione avviene contemporaneamente, e così al risveglio abbiamo chiarezza. Abbiamo compreso il sogno e non ci influenza più. Non so se vi sia accaduto. Quindi, il problema non è come interpretare i sogni ma per quale motivo sogniamo. Capite? Se interpretate i vostri sogni in base a una qualunque psicologia, l'interpretazione dipenderà da quel particolare condizionamento e, anche se cercate di interpretarli da soli, la vostra interpretazione sarà modellata sul vostro condizionamento. In entrambi i casi l'interpretazione potrebbe essere sbagliata, e quindi qualunque conclusione o azione basata su di essa potrebbe rivelarsi completamente falsa. Il problema non è dunque come interpretare i sogni, ma perché sogniamo. Se risolvete questo problema, l'interpretazione non sarà più necessaria. Se comprendete realmente l'intero processo del sognare, diventerà molto semplice. Perché sogniamo? Vi prego, riflettiamo assieme, non in base a qualche autorità che ha scritto un libro sull'argomento. Mettete da parte tutte queste cose ed esaminiamo assieme con grande semplicità. Perché sogniamo? Che cosa intendiamo con

'sognare'? Andate a letto, vi addormentate e, mentre dormite, avviene un'azione che assume la forma di vari simboli o scene. Poi vi svegliate e dite: "Ho fatto questo sogno". Che cos'è accaduto? Vi prego di seguirmi, è davvero semplice. Quando siete svegli durante la giornata, la mente superficiale è occupata con molte cose: il lavoro, le dispute, i figli, il denaro, la spesa, i piatti da lavare. La mente è occupata con decine di cose. Ma la mente superficiale non è la globalità della mente, c'è anche l'inconscio. Non è così? Non avete bisogno di leggere dei libri per scoprire l'esistenza di un inconscio. Le nostre motivazioni nascoste, le risposte istintive, gli impulsi razziali, le credenze e le contraddizioni che abbiamo ereditato, tutto questo è nell'inconscio. L'inconscio vuole ovviamente dire qualcosa alla mente superficiale e, quando la mente superficiale è tranquilla durante il sonno, l'inconscio tenta di parlarle. L'inconscio è continuamente in movimento, ma durante il giorno non ha possibilità di esprimersi, perciò proietta vari simboli quando la mente conscia è addormentata. E noi diciamo: "Ho fatto un sogno". Se esaminate a fondo, non è difficile. Ora, non voglio essere perennemente occupato con l'interpretazione dei sogni, che non è diverso dall'essere occupato con il cibo, Dio, l'alcol, le donne o quello che volete. Voglio scoprire perché sogno e se sia possibile non sognare. Gli psicologi potrebbero dire che è impossibile non sognare, ma lasciamo agli specialisti le loro specialità e scopriamolo da soli. [Risate] No, non prendetela a ridere, vi prego. Perché ci sono i sogni? Ed è possibile che i sogni giungano a fine senza reprimerli o cercare di trascenderli, in modo che nel sonno la mente sia completamente immobile? Voglio scoprirlo, quindi questa è la mia prima domanda. Perché sogno? Sogno perché durante il giorno la mia mente conscia è occupata con tantissime cose. Ma può la mente conscia essere aperta durante il giorno alle indicazioni e alle sollecitazioni dell'inconscio? Capite? Può la mente superficiale essere così attenta durante la

giornata da essere consapevole delle motivazioni inconsce, attenta ai barlumi delle cose nascoste, senza tentare di reprimerle, cambiarle o fare qualcosa al loro riguardo? Se siete semplicemente consapevoli, non in modo critico ma senza operare scelte, di questo intero conflitto; se siete aperti e lasciate che l'inconscio vi dia delle indicazioni momento per momento durante la giornata, mentre siete in autobus o alla guida dell'auto, mentre sedete a tavola o parlate con gli amici; se riuscite a vedere in che modo guardate qualcuno, in che modo parlate, in che modo trattate le persone che non considerate alla vostra altezza; allora, osservando intimamente, profondamente, scoprirete che i sogni cesseranno del tutto. Non ci sarà più bisogno di indicazioni e suggerimenti dell'inconscio durante il sonno per dirvi che cosa dovete o non dovete fare, perché tutto vi viene rivelato nella vita quotidiana. Siamo arrivati a un punto davvero interessante, che è il seguente: durante il giorno la mente è straordinariamente vigile, guarda senza giudicare, senza condannare; e quando l'intero processo della coscienza è stato scoperto, esaminato e compreso, scoprite che nel sonno c'è una pace totale e la mente, essendo completamente tranquilla, può scendere in tali profondità che la coscienza di veglia non può toccare. Capite? Temo di no. Lo spiegherò di nuovo e spero che non vi importi se faremo un pò di ritardo. Cerchiamo la felicità, la pace, Dio, la verità, e così via; c'è una continua lotta per adattarsi, per amare, per essere gentili, per essere generosi, per evitare questo e ottenere quello. Se siamo totalmente consapevoli, vediamo che è un fatto. C'è questa attività fatta di agitazione, di lotta, di adattamento sempre in atto, e ovviamente una mente in questo stato non può mai scoprire niente di nuovo. Ma, se sono consapevole durante il giorno dei pensieri e delle motivazioni che sorgono momento per momento, se sono consapevole di essere ambizioso, di condannare, giudicare e criticare, se vedo tutta questa attività, che cosa accade? Che la mia

mente non lotta più, non spinge più, non c'è più l'agitazione provocata dall'impulso a trovare. La mente è completamente silenziosa, non solo la mente superficiale ma l'intero contenuto della coscienza. In questo stato di perfetto silenzio, in cui non c'è nessun movimento per trovare, nessuno sforzo per essere o per non essere, la mente può toccare delle profondità che non ha nessuna possibilità di toccare se sta cercando di raggiungere qualcosa. Per questo è così importante essere consapevoli senza condannare, guardare senza critica, senza giudizio. Se riuscite a farlo nel corso di tutta la giornata, attimo dopo attimo, nel sonno la mente non è più uno strumento di conflitto, non accoglie più le indicazioni dell'inconscio attraverso dei simboli che cerca in seguito di interpretare, non inventa più piani astrali e tutte quelle stupidaggini. Libera da ogni condizionamento, nel sonno la mente può penetrare in profondità che la coscienza di veglia non può mai toccare; e, al risveglio, scoprirete una freschezza mai sperimentata prima. È come spogliarsi del passato e nascere di nuovo.

Ottavo discorso a Oak Grove 28 agosto 1955

"Essere liberi dalla società implica non essere ambiziosi, non essere avidi, non essere competitivi; significa non essere niente in rapporto a una società che lotta per essere qualcosa. Ma, vedete, è molto difficile accettarlo perché potremmo venire calpestati, spinti da parte; non avremo niente. È in questo niente che c'è la salute mentale, non nelle altre cose... Finché vogliamo far parte di questa società dovremo alimentare la follia, le guerre, la distruzione e la sofferenza; ma liberarsi da questa società, la società della violenza, della ricchezza, della posizione sociale e del successo, richiede pazienza, indagine e scoperta; non la lettura di libri, l'andare in cerca di maestri, di psicologi e tutto il resto".

Credo sia molto difficile distinguere tra collettivo e individuale, scoprire dove finisce il collettivo e dove inizia l'individuale, vedere il significato del collettivo e scoprire se sia possibile liberarsi dal collettivo per portare alla luce la totalità dell'individuale. Non so se avete mai esaminato questo problema, ma a mio parere è uno dei punti fondamentali che il mondo deve affrontare, soprattutto di questi tempi, quando viene messo un accento così forte sul collettivo. Non solo nei paesi comunisti, ma anche nel mondo capitalista, dove vengono creati degli stati assistenziali come in Inghilterra, al collettivo viene assegnato sempre più valore. Ci sono fattorie collettive e varie forme di cooperative, e osservando tutto ciò ci si chiede che parte ha l'individuo nel quadro generale e se, anzi, rimanga ancora un individuo. Voi siete individui? Avete un nome proprio, un conto in banca personale, una casa privata, caratteristiche somatiche e psicologiche, ma siete individui? Credo sia un punto importante da esaminare, perché solo se c'è l'incorruttibilità dell'individuo, di cui parlerò in questo discorso, c'è la possibilità che avvenga qualcosa di completamente nuovo. Ciò implica scoprire da sé dove finisce il collettivo, se mai finisce, e dove inizia l'individuale, cosa che include l'intero problema del tempo. È un argomento molto complesso e, essendo complesso, occorre affrontarlo in modo semplice e diretto, non in modo tortuoso. È di questo che vorrei discutere questa mattina. Vi prego, se posso suggerirlo, di osservare il vostro pensiero mentre io parlo, e non di ascoltare semplicemente quello che viene detto approvandolo o disapprovandolo. Se ascoltate soltanto con approvazione o disapprovazione, da una prospettiva superficiale, intellettuale, questo discorso e i precedenti saranno del tutto inutili. Se invece riuscite a osservare il funzionamento della vostra mente mentre lo descrivo, questa stessa osservazione produce un'azione stupefacente che non è imposta né forzata. Credo sia molto importante per ognuno di noi scoprire dove finisce il

collettivo e dove inizia l'individuale. In altri termini: benché modificata dal temperamento, dalle caratteristiche personali, e così via, la totalità del nostro pensiero, del nostro essere, è collettiva? Il collettivo è il conglomerato dei vari condizionamenti prodotti dall'azione e reazione sociale, dagli influssi dell'educazione, dalle credenze religiose, i dogmi, i principi e tutto il resto. Tutto questo processo eterogeneo è il collettivo e se esaminate, se osservate voi stessi, vedrete che tutto ciò che pensate, ciò in cui credete e in cui non credete, i vostri ideali o la vostra opposizione agli ideali, i vostri sforzi, invidie, impulsi, il vostro senso di responsabilità sociale, tutto ciò è il risultato del collettivo. Se siete pacifisti, il vostro pacifismo è il risultato di un particolare condizionamento. Se ci osserviamo, è stupefacente vedere quanto siamo totalmente il collettivo. In fondo, nel mondo occidentale, dov'è esistito il cristianesimo per tanti secoli, siete stati allevati in quel particolare condizionamento. Siete stati educati come cattolici o come protestanti, con tutte le divisioni del protestantesimo. E se avete ricevuto un'educazione cristiana o induista, o qualunque altra, e credete in tutta quella roba: inferno, dannazione, purgatorio, un unico salvatore, il peccato originale e le altre innumerevoli credenze, siete condizionati da tutto questo; e, anche se ve ne allontanate, i residui di questo condizionamento rimangono nell'inconscio. Continuate ad avere paura dell'inferno o paura di non credere in un particolare salvatore, e così via. Osservando quindi questo sorprendente fenomeno, sembra decisamente assurdo definirci individui. Potete avere dei gusti individuali, il vostro nome e i vostri tratti somatici possono essere molto diversi da quelli di altri, ma l'intero processo del vostro pensiero è in tutto e per tutto il prodotto del collettivo. Gli istinti razziali, le tradizioni, i valori morali, la straordinaria venerazione del successo, il desiderio di potere, di posizione sociale e ricchezza, che genera violenza, tutto ciò è

indubbiamente il risultato del collettivo, ereditato nel corso dei secoli. Da tutto questo conglomerato, è possibile estrarre l'individuale? O è assolutamente impossibile? Se consideriamo seriamente la necessità di portare un cambiamento radicale, una rivoluzione, non è importantissimo prendere in esame questo punto fondamentale? Perché soltanto una persona che è un individuo nel senso in cui uso questa parola, che non è contaminata dal collettivo, che è assolutamente sola, non isolata o abbandonata, ma sola interiormente, solo per questo individuo può venire in essere la realtà. In altri termini, sin dall'inizio basiamo la nostra vita su presupposti, su postulati: c'è o non c'è Dio, ci sono o non ci sono l'inferno e il paradiso, bisogna seguire una certa forma di rapporti, di morale, deve prevalere una particolare ideologia, e così via. Su questi presupposti, che sono il prodotto del collettivo, costruiamo una struttura che chiamiamo educazione, che chiamiamo religione, e creiamo una società in cui il rozzo individualismo è sfrenato oppure viene controllato. Questa società si fonda sul presupposto che la competizione, l'ambizione e l'invidia siano inevitabili e necessarie. È possibile non costruire in base ai presupposti, ma creare mentre indaghiamo, mentre scopriamo? Se la scoperta è quella di qualcun altro, rientriamo immediatamente nell'ambito del collettivo, ovvero nel campo dell'autorità; ma se ognuno di noi inizia dalla libertà dai presupposti e da tutti i postulati, allora voi e io creeremo una società completamente diversa, che mi sembra uno dei problemi più centrali dell'epoca attuale. Vedendo questo intero processo, non solo a livello conscio ma anche a livello inconscio, essendo anche l'inconscio un residuo del collettivo, è possibile estrarre dal collettivo l'individuale? Il che significa: è possibile pensare se il pensiero viene spogliato del collettivo? Se siete stati educati come cattolici, metodisti, battisti o quello che volete, il vostro modo di pensare è il risultato del collettivo, conscio o

inconscio; il vostro pensiero è il prodotto della memoria e la memoria è il collettivo. È un punto abbastanza complesso e occorre indagarlo lentamente, senza accettare o rifiutare: stiamo cercando di scoprire. Parlare di libertà di pensiero mi sembra un totale non senso perché, quando voi e io pensiamo, il pensiero è una reazione della memoria e la memoria è il risultato del collettivo, un collettivo che è cristiano, induista, e così via. Quindi, non può esserci libertà di pensiero finché il pensiero si fonda sulla memoria. Vi prego, non si tratta di logica. Non ignoratelo dicendo: "È solo una logica intellettuale". Non è vero. È logica, ma sto descrivendo un fatto. Finché il pensiero è la reazione della memoria, che è il residuo del collettivo, la mente è costretta a funzionare nell'ambito del tempo, poiché il tempo è la continuità della memoria in quanto ieri, oggi e domani. Per questa mente ci sarà sempre morte, corruttibilità e paura; e, per quanto cerchi qualcosa di incorruttibile, al di là del tempo, non potrà mai trovarlo, perché il suo pensiero è il risultato del tempo, della memoria, del collettivo. Può una mente il cui pensiero è il risultato del collettivo, il cui pensiero è il collettivo, liberarsi da tutto questo? Il che significa: può la mente conoscere ciò che è senza tempo, incorruttibile, ciò che è solo, che non è influenzato da una società? Non assentite e non negate; non dite: "Ne ho fatto esperienza". Non ha senso, perché è un problema straordinariamente complesso. Vediamo che, finché la mente funziona nel collettivo, ci sarà sempre corruzione. Può inventare un codice morale migliore, attuare più riforme sociali, ma tutto questo appartiene all'influenza del collettivo e quindi è corruttibile. Senza dubbio, per scoprire se esiste uno stato che non è corruttibile, che è eterno, che è immortale, la mente deve essere completamente libera dal collettivo; e se c'è totale libertà dal collettivo, l'individuo sarà anticollettivo? Oppure non sarà anticollettivo, ma funzionerà a un livello completamente diverso, che il collettivo potrebbe rifiutare? State seguendo? Il problema

è: può la mente andare al di là del collettivo? Se non è possibile andare al di là del collettivo, dovremo accontentarci di adornare il collettivo, aprire delle finestre nelle mura della prigione, installare un'illuminazione migliore, più stanze da bagno e così via. È a questo che il mondo è interessato e lo chiama progresso, uno standard di vita più elevato. Non sono contro uno standard di vita più elevato; sarebbe sciocco, soprattutto per chi viene dall'India dove si vede più fame che in qualunque altra parte del mondo. Quindi, nessuna persona intelligente può essere contraria a uno standard di vita più elevato; ma, se c'è solo questo, la vita è soltanto materialista. Allora la sofferenza è inevitabile; allora ambizione, competizione, antagonismo, efficientismo spietato, guerre e l'intera struttura del mondo moderno, con le occasionali cacce alle streghe e le riforme sociali, hanno ragione di essere. Ma se iniziamo a esaminare il problema della sofferenza (sofferenza come morte, sofferenza come frustrazione, sofferenza come tenebre dell'ignoranza) dobbiamo mettere in dubbio questa intera struttura, non solo alcune parti, non solo l'esercito o il governo, per attuare una riforma specifica. O si accetta questa società nella sua interezza o la si rifiuta completamente; rifiutarla, non nel senso di fuggirla, ma di scoprirne il significato. Se non è possibile per la mente liberarsi dalla prigione del collettivo, la mente non può fare altro che riformare la prigione. Ma, a mio parere, questa possibilità esiste, perché lottare all'infinito rimanendo in prigione sarebbe troppo stupido. Ma come fa la mente a liberarsi da questo ammasso eterogeneo di valori e di contraddizioni, di impulsi e di obiettivi? Finché non lo farete, non ci sarà individualità. Potete definirvi individui, potete affermare di avere un'anima, un sé superiore, ma sono tutte invenzioni della mente che fa ancora parte del collettivo. Vediamo ciò che sta accadendo nel mondo. Un nuovo gruppo del collettivo nega l'esistenza di un'anima, dell'immortalità, della vita eterna, Gesù Cristo

come unico salvatore e tutto il resto. Vedendo tutto questo agglomerato di affermazioni e controaffermazioni, nasce inevitabile la domanda: è possibile per la mente districarsi da tutto ciò? Può esservi libertà dal tempo, tempo in quanto memoria, memoria che è il prodotto di una particolare cultura, civiltà e condizionamento? Può la mente essere libera dalla memoria? Non dalla memoria su come si costruisce un ponte o la memoria della struttura dell'atomo o della strada che ci riporta a casa; questa è memoria pratica, senza la quale saremmo dei folli o vivremmo in uno stato di amnesia. Può la mente essere libera dalla memoria psicologica? Indubbiamente, può essere libera solo se non cerca più sicurezza. Come ho detto ieri, finché la mente cerca sicurezza, nel conto in banca, in una religione o in varie forme di azione sociale e di rapporti, deve esserci violenza. Chi possiede molto alimenta la violenza, ma anche chi pensa molto e diventa eremita alimenta la violenza perché è alla ricerca di sicurezza, non nel mondo ma nelle idee. Il problema è quindi: può la mente essere libera dalla memoria, non dalla memoria delle informazioni, delle conoscenze e dei fatti, ma dalla memoria collettiva che ha accumulato attraverso secoli di credenze? Se vi ponete questa domanda con totale attenzione e non aspettate che sia io a rispondervi, perché non c'è risposta, vedrete che, finché la mente cerca sicurezza in qualunque forma, appartenete al collettivo, alla memoria di tanti secoli. Non cercare la sicurezza è straordinariamente difficile, perché anche se rifiutate il collettivo potete sviluppare un collettivo dalla vostra stessa esperienza. Capite? Posso rifiutare la società con tutta la sua corruzione, cioè l'ambizione, l'avidità e la competitività collettive; ma, anche avendola rifiutata, faccio delle esperienze e ogni esperienza lascia un residuo. Anche questo residuo diventa il collettivo, perché l'ho accumulato; diventa la mia sicurezza, che trasmetto a mio figlio e alle persone che ho vicino, e così creo di nuovo il collettivo in una forma diversa. È possibile per la mente

essere completamente libera dalla memoria del collettivo? Ciò significa essere libera dall'invidia, dalla competitività, dall'ambizione, dalla dipendenza, dalla continua ricerca di ciò che è permanente come mezzo per trovare sicurezza; perché solo quando c'è questa libertà, solo allora c'è l'individuo. Allora c'è uno stato della mente e dell'essere completamente diverso. Allora non è più possibile la corruzione, il tempo; e per questa mente, che potete definire individuale o indicarla con qualche altro nome, viene in essere la realtà. Non potete cercare la realtà; se lo fate, significa che è la vostra sicurezza e quindi diventa totalmente falsa, priva di valore, come il vostro inseguire il denaro, le ambizioni e l'appagamento. È la realtà che deve venire a voi, ma non può farlo finché c'è la corruzione del collettivo. Per questo la mente deve essere completamente sola, non influenzata, incontaminata e quindi libera dal tempo; e solo così ciò che è incommensurabile, eterno, viene in essere. Mi avete presentato molte domande e purtroppo non è possibile rispondere a tutte. Quello che abbiamo fatto è stato scegliere le più rappresentative e questa mattina cercherò di rispondere a quante più domande possibile. Spero che non vi facciate ipnotizzare da me. Vi prego, quello che dico ha un senso, non parlo a casaccio. Voi mi ascoltate in silenzio. Se questo silenzio è soltanto il risultato di essere schiacciati da un'altra personalità, o dalle idee, è totalmente privo di valore. Ma se il silenzio è il risultato naturale della vostra attenzione che osserva i vostri pensieri, la vostra mente, allora non vi state facendo ipnotizzare. In questo modo non create un nuovo collettivo, un nuovo seguito e un nuovo leader. Che orrore, sarebbe privo di senso e terribilmente distruttivo. Se siete realmente svegli, se vi osservate interiormente, scoprirete che questi discorsi sono stati utili, perché vi hanno rivelato il funzionamento della vostra mente. Allora non avete niente da imparare da un altro; non c'è né insegnante, né discepoli, né seguaci. La totalità di tutto ciò è nella vostra

coscienza e chi descrive questa coscienza non è un leader. Non adorate una mappa, il telefono o la lavagna su cui è scritto qualcosa. Perciò, questa non è la creazione di un nuovo gruppo, di un nuovo leader e di nuovi seguaci, almeno per quanto mi riguarda. Se li creerete voi, sarete voi a soffrire. Se osservate la vostra mente, che è quello che vi sta dicendo la lavagna, questa stessa osservazione vi porta a fare una straordinaria scoperta e questa scoperta produce da sé la sua azione.

Interrogante: Molte persone passate attraverso la sconvolgente esperienza della guerra sembrano incapaci di trovare il loro posto nel mondo moderno. Sbattuti qua e là dalle onde di questa società caotica, passano da un lavoro all'altro conducendo una vita miserabile. Io sono uno di loro. Che cosa posso fare?

Krishnamurti: Se ci rivoltiamo contro la società, che cosa accade di solito? Attraverso la compulsione, attraverso la necessità, aderiamo a un particolare modello sociale e così c'è una perenne battaglia dentro di noi e con la società. La società ci ha formato nel modo in cui siamo; ha causato guerre e distruzioni. Questa cultura si fonda sull'invidia, sull'agitazione; le sue religioni non creano persone religiose. Al contrario, distruggono una persona religiosa. Quindi, che cosa può fare un individuo? Se siamo stati devastati dalla guerra, o diventiamo nevrotici o ci rivolgiamo a qualcuno che ci aiuti a superare la nevrosi e a rientrare nella normalità sociale, perpetuando così una società che alimenta la follia, le guerre e la corruzione. Oppure, cosa davvero molto difficile, osserviamo l'intera struttura della società e ne diventiamo liberi. Essere liberi dalla società implica non essere ambiziosi, non essere avidi, non essere competitivi; significa non essere niente in rapporto a una società che lotta per essere qualcosa. Ma, vedete, è molto difficile accettarlo perché potremmo venire calpestati, spinti da parte; non avremo niente. E in questo niente che c'è la salute mentale, non nelle altre cose. Nel

momento in cui lo vediamo, nel momento in cui non siamo niente, la vita si prende cura di noi. Lo fa. Accade qualcosa. Ma ciò richiede una profonda visione dell'intera struttura della società. Finché vogliamo far parte di questa società dovremo alimentare la follia, le guerre, la distruzione e la sofferenza; ma liberarsi da questa società, la società della violenza, della ricchezza, della posizione sociale e del successo, richiede pazienza, indagine e scoperta; non la lettura di libri, l'andare in cerca di maestri, di psicologi e tutto il resto.

Interrogante: Sono disorientato da una frase che ha usato in un discorso la scorsa settimana: 'una mente del tutto controllata'. Una mente controllata, non implica la volontà o un'entità che la controlla?

Krishnamurti: Ho usato l'espressione 'una mente del tutto controllata', ma credevo di aver spiegato che cosa intendevo. Vedo che non sono stato compreso, perciò lo spiegherò di nuovo. Non è forse necessario avere non una mente controllata, ma una mente salda, una mente priva di distrazioni? Vi prego di seguirmi. Una mente priva di distrazioni è una mente che non ha un interesse centrale. Se c'è un interesse centrale ci sono distrazioni. Ma una mente completamente attenta, e non a un oggetto particolare, è una mente salda. Esaminiamo brevemente l'intero problema del controllo. Quando c'è controllo c'è un'entità che controlla, che domina, che sublima o trova dei surrogati. Quindi, nel controllo c'è sempre un processo duale: colui che controlla e la cosa controllata. In altre parole, c'è conflitto. Ne siete sicuramente coscienti. C'è il controllore, il valutatore, il giudice, lo sperimentatore, il pensatore e, dall'altra parte, c'è la cosa che il controllore valuta, controlla, reprime, sublima e tutto il resto. C'è sempre una battaglia in atto tra questi due elementi: ciò che è e ciò che dice: "Devo essere". Questa contraddizione, questo conflitto, è uno spreco di energia. È possibile avere soltanto il fatto e non il controllore? È possibile vedere il

fatto che sono invidioso senza dire che essere invidioso è sbagliato, antisociale, antispirituale, e va quindi cambiato? Può l'entità che valuta scomparire del tutto, lasciando solo il fatto? Può la mente guardare il fatto senza valutazione, ovvero senza opinione? Quando c'è un'opinione su un fatto c'è confusione, conflitto. Spero che stiate seguendo. La confusione è quindi uno spreco di energia, e una mente che si avvicina a un fatto con una conclusione, con un'idea, un'opinione, un giudizio o una condanna, è confusa. Ma se la mente vede un fatto come vero, senza opinioni, c'è soltanto la percezione del fatto, e da ciò viene una straordinaria stabilità e acutezza della mente, perché non ci sono deviazioni, fughe, giudizi o conflitti in cui la mente spreca se stessa. C'è solo pensiero senza un pensatore, ma farne esperienza è molto difficile. Osserviamo che cosa accade. State guardando un meraviglioso tramonto. Nel momento del vedere non c'è nessuno sperimentatore, non è vero? C'è solo un senso di grande bellezza. Poi la mente dice: "Com'era bello, vorrei averne ancora", e così inizia il conflitto dello sperimentatore che vuole di più. Ora, può la mente essere nello stato di sperimentare senza lo sperimentatore? Lo sperimentatore è la memoria, il collettivo. Lo capite? Posso guardare il tramonto senza fare paragoni, senza dire: "Che bellezza, vorrei averne ancora"? Questo 'ancora' è il prodotto del tempo in cui c'è la paura della fine, la paura della morte.

Interrogante: C'è dualità tra la mente e il sé? Se non c'è, come si fa a liberare la mente dal sé?

Krishnamurti: C'è dualità tra il 'me', il sé, l'ego e la mente? Certamente no. La mente è il sé, l'ego. L'ego, il sé, è l'impulso dell'invidia, della brutalità, della violenza, questa mancanza d'amore, questa infinita ricerca di prestigio, di posizione e di potere, il tentativo di essere qualcosa. Ed è questo che fa la mente, non è vero? La mente pensa tutto il tempo a come migliorare, a come avere più sicurezza, a come avere una posizione migliore, più comodità, più

ricchezza, più potere; e tutto questo è il sé. Quindi, la mente è il sé. Il sé non è una cosa separata, anche se ci piace pensarlo affinché la mente possa controllare il sé, possa giocare questo gioco a soggiogare, a cercare di influire sul sé; il che è il gioco immaturo di una mente educata, educata nel senso sbagliato della parola. Quindi, la mente è il sé, è l'intera struttura dell'acquisizione; e il problema è: come può la mente liberarsi di se stessa? Vi prego di seguire. Se fa qualunque movimento per liberare se stessa è ancora il sé, non è vero? Io e la mia mente siamo la stessa cosa, non c'è divisione tra me stesso e la mia mente. Il sé che è invidioso, ambizioso, è esattamente la stessa cosa della mente che dice: "Non devo essere invidiosa, devo essere nobile"; solo che la mente ha diviso se stessa. Ora, vedendolo, che cosa farò? Se la mente è il prodotto dell'ambiente, dell'invidia, dell'avidità, del condizionamento, che cosa può fare? Di certo, qualunque movimento per liberarsi fa ancora parte del condizionamento. Giusto? Capite? Qualunque movimento da parte della mente per liberarsi dal condizionamento è un'azione del sé che vuole essere libero per essere più felice, più in pace, più vicino alla mano destra di Dio. Vedo tutto ciò, le modalità e i trucchi della mente. Allora la mente è tranquilla, perfettamente ferma, non c'è movimento; e in questo silenzio, in questa immobilità, c'è libertà dal sé, dalla mente stessa. Il sé esiste soltanto nel movimento della mente rivolto a ottenere qualcosa o a evitare qualcosa. Se non c'è movimento per appropriarsi o per evitare, la mente è totalmente silenziosa. Solo allora è possibile essere liberi dalla totalità della coscienza in quanto collettiva e in quanto opposta al collettivo.

Interrogante: Ho sperimentato seriamente i suoi insegnamenti per vari anni, sono diventato pienamente consapevole della natura da parassita della coscienza di sé e vedo i suoi tentacoli che toccano tutti i miei pensieri, parole e azioni. Come risultato, ho perduto ogni sicurezza

in me stesso e qualunque motivazione. Il lavoro è diventato pesante e noioso, e il tempo libero uno scialbo grigiore. Vivo una continua sofferenza psicologica, ma vedo che anche questa sofferenza è uno stratagemma del sé. Mi trovo a un punto morto in tutte le aree della mia vita, e chiedo a lei quello che mi chiedo continuamente: e adesso?

Krishnamurti: Hai sperimentato attraverso i miei insegnamenti o hai sperimentato attraverso te stesso? Spero che tu veda la differenza. Se sperimenti in base a quello che io dico, arrivi per forza al 'e adesso?', perché stai cercando di giungere a un risultato a cui pensi che io sia giunto. Pensi che io abbia qualcosa che tu non hai e che, sperimentando attraverso quello che dico, lo otterrai anche tu, cosa che fa la maggior parte di noi. Ci avviciniamo a queste cose con una mentalità commerciale: farò questo per ottenere quello. Adorerò, mediterò, farò sacrifici allo scopo di ottenere qualcosa. Quindi non stai mettendo in pratica i miei insegnamenti. Io non ho niente da dire. O meglio, tutto quello che dico è: osserva la tua mente, guarda a quali profondità può arrivare; perché sei tu ciò che importa, non gli insegnamenti. L'importante è che tu scopra da te i tuoi modelli di pensiero e che cosa implica questo pensiero, come ho tentato di indicare questa mattina. Se osservi realmente il tuo pensiero; se guardi, sperimenti, scopri, lasci andare e muori giorno per giorno a tutto ciò che hai raccolto, non porrai mai più la domanda: "E adesso?". Vedi, la fiducia è completamente diversa dalla sicurezza in se stessi. La fiducia che viene in essere quando scopriamo momento per momento, è completamente diversa dalla fiducia in se stessi che deriva dall'accumulo delle scoperte, che diventano conoscenza e ci danno importanza. Vedi la differenza? Quindi, il problema della fiducia in se stessi scompare completamente. C'è un unico, costante movimento di scoperta, di constante lettura e comprensione, non di un libro ma della tua mente: l'intera, ampia struttura della coscienza. In questo modo non stai

inseguendo un risultato. Solo se insegui un risultato dici: "Ho fatto tutto, non ho ottenuto niente e ho perso la fiducia. E adesso?". Se invece esamini, se comprendi i funzionamenti della tua mente senza cercare una ricompensa, senza uno scopo, senza una motivazione acquisitiva, allora c'è la conoscenza di sé e vedrai una cosa sorprendente prodursi da questa conoscenza.

Interrogante: Come si fa per evitare che la consapevolezza diventi una nuova tecnica, l'ultima moda meditativa?

Krishnamurti: Questa è una domanda molto seria e la esaminerò in modo approfondito. Spero che non siate troppo stanchi per seguire con attenzione rilassata quello che fa la vostra mente. Meditare è importante, ma ancora più importante è comprendere che cos'è la meditazione; altrimenti la mente rimane intrappolata in una mera tecnica. Imparare un modo nuovo di respirare, a sedersi in una determinata posizione, a tenere la schiena eretta e a praticare uno dei vari sistemi per mettere a tacere la mente, niente di tutto ciò è importante. Ciò che è importante, per voi e per me, è scoprire che cos'è la meditazione. Nella scoperta stessa di che cos'è la meditazione, io sto meditando. Capite? Procedete con calma, non siate subito d'accordo o in disaccordo. Meditare è di enorme importanza. Se non sapete che cos'è la meditazione, è come avere un fiore senza profumo. Potete avere meravigliose capacità per parlare, dipingere o godervi la vita; potete avere un sapere enciclopedico e correlare tutte le conoscenze; ma queste cose non hanno nessun valore se non sapete che cosa sia la meditazione. La meditazione è il profumo della vita, ha un'immensa bellezza. Apre le porte che la mente non potrà mai aprire, raggiunge profondità che la mente che ha soltanto cultura non potrà mai toccare. Quindi, la meditazione è molto importante. Ma poniamo sempre la domanda sbagliata e quindi otteniamo la risposta sbagliata. Diciamo: "Come devo

meditare?" e andiamo da uno swami, da qualche matto, oppure leggiamo un libro o seguiamo un sistema nella speranza di imparare a meditare. Ora, se mettiamo da parte tutto questo, gli swami, gli yogi, i commentatori, i respiranti, i 'seduti immobili' e tutto il resto, arriviamo inevitabilmente alla domanda: che cos'è la meditazione? Vi prego di ascoltare attentamente. Non ci stiamo chiedendo come meditare, o quale sia la tecnica della consapevolezza, ma: che cos'è la meditazione? Questa è la domanda giusta. Se ponete una domanda sbagliata riceverete una risposta sbagliata, ma se ponete la domanda giusta, la domanda stessa rivelerà la risposta giusta. Quindi, che cos'è la meditazione? Voi sapete che cos'è la meditazione? Non ripetete quello che avete sentito dire da un altro, anche se, come me, conoscete qualcuno che ha dedicato venticinque anni alla meditazione. Sapete che cos'è la meditazione? Ovviamente no, non è così? Forse avete letto quello che tanti preti, santi o eremiti hanno detto sulla contemplazione e la preghiera, ma io non sto parlando di questo. Sto parlando della meditazione, non nel significato che ne dà il vocabolario, che potrete consultare più tardi. Che cos'è la meditazione? Non lo sapete. Questa è appunto la base sulla quale meditare. [Risate] Vi prego, non ridete; ascoltate. "Non lo so". Ne vedete la bellezza? Significa che la mia mente è spogliata di qualunque tecnica, di qualunque informazione sulla meditazione, di tutto quello che gli altri hanno detto al proposito. La mia mente non sa. Possiamo scoprire che cos'è la meditazione solo quando possiamo dire sinceramente di non saperlo; ma non potete dire: "Non so" finché nella vostra mente c'è ancora una traccia di informazione di seconda mano: quello che la Gita, o la Bibbia o san Francesco hanno detto sulla contemplazione o sugli effetti della preghiera; che è l'ultima moda, ne parlano su tutte le riviste. Dovete mettere da parte tutto questo, perché se copiate, se seguite, ritornate al collettivo. Dunque, può la mente essere in uno stato in cui dice: "Non

so"? Questo stato è l'inizio e la fine della meditazione, perché in questo stato ogni esperienza, qualunque esperienza, è compresa senza venire accumulata. Capite? Volete controllare il pensiero e, quando controllate il pensiero, quando lo trattenete perché non si distragga, la vostra energia va nel controllo e non nel pensiero. Mi seguite? Ma si può raccogliere energia solo se l'energia non va sprecata nel controllo, nel soggiogare, nella lotta contro le distrazioni, nelle supposizioni, nelle ricerche e nelle motivazioni; questa enorme quantità di energia, di pensiero, è senza movimento. Capite? Quando dite: "Non so", non c'è movimento del pensiero, non è vero? C'è movimento del pensiero solo quando iniziate a indagare, a cercare, ma la vostra indagine va dal conosciuto al conosciuto. Se ora non lo capite, forse potete farlo in seguito. La meditazione è un processo di purgazione della mente. Può esserci purgazione della mente solo se non c'è un controllore; nel controllo, il controllore spreca energia. Lo spreco di energia è causato dall'attrito tra il controllore e l'oggetto che vuole controllare. Se invece dite: "Non so", non c'è movimento del pensiero in nessuna direzione alla ricerca di una risposta; la mente è completamente ferma. E, per rimanere ferma, deve esserci una straordinaria energia. La mente non può essere ferma senza energia; non l'energia che va sprecata nel conflitto, nella repressione, nel predominio o attraverso la preghiera, il cercare, il supplicare, tutte cose che implicano movimento; ma l'energia che è totale attenzione. Qualunque movimento del pensiero in qualunque direzione è uno spreco di energia e, perché la mente sia totalmente ferma, deve esserci l'energia della completa attenzione. Solo allora viene in essere ciò che non è stato chiamato, ciò che non è stato cercato, ciò che non ha rispettabilità, ciò che non si può ottenere attraverso la virtù o il sacrificio. Questo stato è creatività; il senza tempo, il reale.